

ЖУРНАЛ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ПЕДАГОГОВ

№ 3 (852), осень 2023
выпускается с 1871 года

СЕМЬЯ И ШКОЛА



МОЖНО ЛИ СДАТЬ
ЕГЭ НА СТО БАЛЛОВ

ЗАЧЕМ НУЖНА
ШКОЛЬНАЯ ФОРМА

ПЕДАГОГ — САМАЯ ВАЖНАЯ
ПРОФЕССИЯ НА ЗЕМЛЕ



УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ ОСЕННЕГО НОМЕРА ЖУРНАЛА «СЕМЬЯ И ШКОЛА»!



Завершилось лето 2023 года, и я с особой радостью поздравляю педагогов, детей и их родителей с началом нового учебного года!

Всех нас ждёт немало изменений. С 1 сентября в каждой школе начнётся обучение по единым образовательным программам, которые разработаны по всем предметам. Также школьники, начиная с 6-го класса, будут вовлечены в единую программу профориентации.

Ещё одно глобальное изменение в содержании образования, которое коснётся каждой школы — обучение старшеклассников по новому единому учебнику истории. Несколько лет назад о необходимости единого для всех качественного и достоверного курса по истории заявлял Президент нашей страны Владимир Владимирович Путин. И сегодня эта задача реализована. Важно, чтобы школьники понимали, как формировалось наше государство, знали ключевые исторические события, достижения нашей Родины, гордились великими деятелями культуры, науки и политики, а также современными героями.

Кроме того, с начала учебного года возобновятся «Разговоры о важном». Эти внеурочные занятия в увлекательной форме знакомят школьников с историей, традициями и культурным наследием страны, воспитывают в школьниках уважение к взрослым, к старшему поколению, родному краю, защитникам Отечества, учат помогать своим

сверстникам и тем, кто нуждается в поддержке, развиваться.

Напомню, что с 1 сентября 2023 года во всех регионах России будет введена ставка советника директора по воспитательной работе.

ЕЩЁ ОДНА ВАЖНАЯ ЧАСТЬ ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ, КОТОРАЯ ВЕРНУЛАСЬ В ШКОЛЫ, — ТРУДОВОЕ ВОСПИТАНИЕ.

Согласно принятому закону, учителя могут помогать сажать деревья и цветы на пришкольной территории, шить костюмы для театральных постановок, оформлять класс или школьную площадку к мероприятиям, а также выполнять несложную работу в библиотеке.

В числе приоритетных задач остаётся развитие учебных заведений в Донецкой и Луганской народных республиках, Херсонской и Запорожской областях как неотъемлемой части единого образовательного пространства. В новых регионах мы продолжаем развивать образовательную инфраструктуру, поставляем учебники и художественную литературу, проводим курсы повышения квалификации учителей. Этим летом завершился второй сезон проекта «Университетские смены», который мы проводим вместе с Минобрнауки России и Минобороны России при поддержке Президента России.

Мы в очередной раз убедились в эффективности этого проекта, так как список партнёров продолжает

пополняться новыми вузами, а количество школьников, желающих принять участие в проекте, растёт с каждой сменой. За это лето университеты приняли более 15 тысяч детей, это ребята со всей страны, в том числе школьники из Донецкой и Луганской народных республик, Запорожской и Херсонской областей. Ребята посетили лекции и экскурсионные программы, узнали об истории России и культуре её народов, побывали в музеях и театрах.

Хочу поблагодарить всех, кто сегодня участвует в образовании и воспитании подрастающего поколения. Мы активно способствуем выстраиванию плодотворного и взаимовыгодного сотрудничества между педагогическими коллективами и родительским сообществом. Вместе мы помогаем детям быстрее адаптироваться к сложностям взрослой жизни, лучше учиться, развивать свои способности и таланты.

Желаю вам успешного учебного года, здоровья и удачи!

Сергей Кравцов,
министр просвещения
Российской Федерации



Аудиоверсия текста

3. ■ ВСТУПИТЕЛЬНОЕ СЛОВО

Министр просвещения Сергей Кравцов о планах и новшествах в учебном году

6. ■ ВЕЧНЫЕ ЦЕННОСТИ ВОСПИТАНИЯ

Что такое забота и как воспитать её в детях. Мнение директора Института воспитания Натальи Агре

8. ■ ДЕТИ И ЗАБОТА О БЛИЖНЕМ

Герои и эксперты осеннего номера размышляют о важности заботы в жизни каждого человека

10. ■ ПЕРВЫЙ ЗВОНОК ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Какой он – первый рабочий день педагога? Своими душевными историями делятся учителя и воспитатели

13. ■ КАК СДАТЬ ЕГЭ НА СТО БАЛЛОВ

«Можно ли сдать ЕГЭ на 100 баллов?» – этот и другие вопросы мы задали заместителю руководителя Рособнадзора Игорю Круглинскому

18. ■ ЭКЗАМЕНЫ ВМЕСТЕ: ДЕТИ, РОДИТЕЛИ И ПЕДАГОГИ

Как максимально хорошо сдать ЕГЭ и вступительные испытания в вуз. Взгляд школьника и комментарии учителя

21. ■ ЦЕНТР ПРИТЯЖЕНИЯ:**СОВРЕМЕННЫЙ ДЕТСКИЙ ЛАГЕРЬ**

«Артек», «Орлёнок», «Смена» и «Океан». Как попасть в самые популярные детские центры и чем в них может заняться ребёнок

26. ■ ХРАНИТЕЛИ ВРЕМЕНИ:**СОВРЕМЕННЫЙ ШКОЛЬНЫЙ МУЗЕЙ**

Как и зачем создавать школьный музей. Опыт и рекомендации руководителя Детского центра Музея Победы Елены Слесаренко

30. ■ С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ РОДИНА?

Зачем нужен патриотизм и как научить ребёнка искренне любить Родину. Об этом мы поговорили с учителем, членом экспертного совета учителей-блогеров Минпросвещения России Вячеславом Крутихиным

34. ■ БАБУШКА ЗНАЕТ: ПОЧЕМУ СТАРШЕЕ ПОКОЛЕНИЕ НЕЗАМЕНИМО В ВОСПИТАНИИ

Чем ценны уроки бабушек и дедушек и что делать, если между разными поколениями возникает недопонимание – читайте в нашем материале

39. ■ СО СТИХАМИ ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ

Писатель Анастасия Орлова о книгах, детской литературе и воспитании детей

42. ■ ДОВЕРИЕ К ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ

Люди, которые приходят на помощь в кризисные моменты жизни. Как на самом деле работает телефон доверия. Развенчиваем мифы

46. ■ «ОДЕЖДА ДИКТУЕТ ПОВЕДЕНИЕ», ИЛИ КАКОЙ ДОЛЖНА БЫТЬ СОВРЕМЕННАЯ ШКОЛЬНАЯ ФОРМА

Нужна ли детям школьная форма? Мы уверены, что да. Впрочем, не только мы. На вопрос об ученической одежде отвечают эксперты

49. ■ КАШУ МАСЛОМ НЕ ИСПОРТИТЬ

О том, что такое пищевое поведение, как правильно составить рацион и что делать, если ребёнок отказывается от еды, расскажут диетолог, нутрициолог и психолог

53. ■ ИНТЕРНЕТ–НЕЗАВИСИМОСТЬ: ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВСЕМИРНАЯ ПАУТИНА НЕ ОТПУСКАЕТ РЕБЁНКА

Как отвлечь ребёнка от смартфона и компьютера и что делать, если эта зависимость уже настигла ребёнка – отвечает врач-психиатр

56. ■ «ПОД КРЫШЕЙ ДОМА ТВОЕГО»

Самые важные аспекты, которые необходимы для организации пространства детской, в которой ребёнку захочется не только отдыхать, но и учиться

59. ■ БЕРЕГИ ОСАНКУ СМОЛОДУ

Правильная осанка – это не только красиво, но и полезно. О том, как сохранить здоровье, расскажут врачи-ортопеды

63. ■ СЕЗОННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ: ОСЕНЬ

Осенние опасности, подстерегающие ребёнка. Что и как делать родителям, чтобы осень принесла детям только радостные эмоции

66. ■ РУКАМИ ТРОГАТЬ, НА КНОПКИ НАЖИМАТЬ!

Современные музеи, в которых время летит незаметно. Наш обзор мест, куда можно сходить с ребёнком, чтобы показать ему много интересного

72. ■ ВЕРНОСТЬ ИДЕАЛАМ

Главные открытия профессора и педагога Лидии Божович, которыми мы, родители, пользуемся по сей день

75. ■ КОГДА ДОМАШНИЙ ТРУД И УЧЁБА ДОМА — УДОВОЛЬСТВИЕ

Архивный материал журнала «Семья и школа» 1985 года о том, что такое забота и как всем вместе организовать домашний быт

79. ■ ОЖИВИВШИЙ СКАЗКУ

Подборка фильмов о добре и заботе о близких, фильмы, которые будет приятно посмотреть всей семьёй

83. ■ ЭТО ВАЖНОЕ СЛОВО «ЗАБОТА»

Книги о заботе для детей разных возрастов

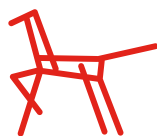
86. ■ «ОРЁЛ И КОШКА»

Рассказ Константина Ушинского о том, как материнская любовь может защитить от беды



На обложке: иллюстрация Марины Павликовской

В материалах, отмеченных специальными символами, ищите QR-код для доступа к медиаматериалам журнала



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ
ДЕТСТВА, СЕМЬИ
И ВОСПИТАНИЯ



ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР

Наталья Агре

ОТВЕТСТВЕННЫЙ РЕДАКТОР

Александра Чекурова

ШЕФ-РЕДАКТОР

Анастасия Савина

ВЫПУСКАЮЩИЙ РЕДАКТОР

Елена Кузнецова

НАД НОМЕРОМ РАБОТАЛИ:

Анастасия Тюнина, Александра Сластенова, Ольга Черепухина, Анастасия Хрусталёва, Екатерина Минак, Галина Свечкопалова, Влада Быстрова, Анастасия Львова, Анна Бояринцева

АДРЕС РЕДАКЦИИ:

г. Москва, Трубниковский переулок, дом 15, строение 1

email: journal@institutdetstva.ru

Свидетельство о регистрации ПИ № ФС77-83167 выдано Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций.

Учредитель и издатель: федеральное государственное бюджетное научное учреждение «Институт изучения детства, семьи и воспитания».

Выпуск: осень 2023 г.

Тираж: 1000 экз. Цена свободная.

Отпечатано в ООО «Премиум-принт», г. Москва, ул. Дубининская, д. 68, стр. 13.

Подписано в печать: 16.10.2023.

Издание предназначено для возрастной категории 16+.

Перепечатка и любое воспроизведение материалов и иллюстраций из нашего журнала возможны лишь с письменного разрешения учредителя.

УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ, ВЫ МОЖЕТЕ ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ НА ПЕЧАТНУЮ ВЕРСИЮ ИЗДАНИЯ С ПОМОЩЬЮ ПОДПИСНОГО ИНДЕКСА ПС478 В КАТАЛОГЕ «ПОЧТА РОССИИ»

САЙТ ЖУРНАЛА: WWW.СЕМЬЯИШКОЛА.РФ

Фото, участвующие в оформлении журнала, взяты из открытых источников интернета, архивов редакции, по свободной лицензии fgeerik.com, либо предоставлены героями.

При цитировании ссылка на журнал «Семья и школа» обязательна. Мнение авторов может не совпадать с мнением редакции.

ВЕЧНЫЕ ЦЕННОСТИ ВОСПИТАНИЯ



НАЧАЛСЯ НОВЫЙ УЧЕБНЫЙ ГОД, А С НИМ ПРИШЛИ И НОВЫЕ ВОПРОСЫ, НОВЫЕ ДОСТИЖЕНИЯ, НОВЫЕ ОТКРЫТИЯ – КАК НАШИХ ДЕТЕЙ, ТАК И НАС САМИХ. КАЖДЫЙ ДЕНЬ РЕБЁНОК ЗАДАЁТ НАМ ЗАДАЧКИ. ИНОГДА ПРОСТЫЕ, ИНОГДА И СО «ЗВЁЗДОЧКОЙ». И ЭТО КАСАЕТСЯ НЕ ТОЛЬКО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ. ЧТО ЖЕ ТАКОЕ ВОСПИТАНИЕ? А ЗАБОТА? КАК ОБЪЯСНИТЬ, ЧТО ТАКОЕ ПАТРИОТИЗМ? ПОЧЕМУ НУЖНО ОБЕРЕГАТЬ СВОИХ БЛИЗКИХ И ПОМОГАТЬ ИМ. И КАК ЭТО СДЕЛАТЬ ТАК, ЧТОБЫ ДЕТЯМ САМИМ ХОТЕЛОСЬ ЗАБОТИТЬСЯ О СЕМЬЕ И ЕЁ ЦЕННОСТЯХ, НЕ ЗАБЫВАЯ СВОИ КОРНИ, СВОИ ТРАДИЦИИ.

Наталья Агре, директор Института изучения детства, семьи и воспитания, заместитель председателя комиссии по просвещению и воспитанию Общественной палаты Российской Федерации, главный редактор журнала «Семья и школа»

Свой первый опыт наши дети получают от нас, родителей. Поэтому любое наше слово, любой жест, любой взгляд будет тут же воспринят самым строгим критиком – ребёнком. Это он через десяток лет вернёт вам всё то, чему вы его научили, что вы в него вложили. И хотя «рецепта», по которому можно воспитать идеального человека пока не придумали, давайте прислушаемся к советам профессионалов и будем воспитывать в первую очередь себя. Ведь мы можем своим желанием, своей любовью, стараниями, с опорой на науку, разумеется, сделать всё от нас зависящее, чтобы наши дети были счастливы.

Берегите ваши традиции. Создайте летопись своей семьи и заботьтесь о её сохранении, как о живом существе. Ребёнок должен знать, кто все эти люди на старых фотографиях, почему вы бережёте награды его прадеда. Запишите в летопись рецепты от бабушек

и традиционно готовьте по ним в праздники.

Слушайте вместе с детьми старые песни, расскажите об их смысле, именах героев. Идя по городу, рассказывайте, кому памятник или в чью честь назвали улицу. Не прячьте дорогие сердцу предметы на антресолях, они должны сопровождать наших детей. Сберегая традиции и память в отдельно взятой семье, мы сберегаем память народа, сохраняем свою национальную идентичность. Не стесняйтесь заботиться в семье друг о друге. Понимание и поддержка должны ассоциироваться у ребёнка с семьёй и родными. Именно в семью он должен принести свои проблемы и вопросы, не боясь осуждения, а твёрдо зная, что ему помогут и его поймут. Стремитесь вместе придумывать сюрпризы, готовьтесь совместно к праздникам или крупным событиям. Уделяйте внимание мелочам, когда помощь на первый взгляд и незаметна.



СБЕРЕГАЯ ТРАДИЦИИ И ПАМЯТЬ В ОТДЕЛЬНО ВЗЯТОЙ СЕМЬЕ, МЫ СБЕРЕГАЕМ ПАМЯТЬ НАРОДА, СОХРАНАЕМ СВОЮ НАЦИОНАЛЬНУЮ ИДЕНТИЧНОСТЬ.

Примеры в жизни подкрепите книгами и фильмами. Читайте вместе с ребёнком и обсуждайте с ним прочитанное. Не стесняйтесь показать свои слёзы, если читаете печальную книгу, смотрите грустный фильм. Не воспитывайте детей только на весёлой литературе, ребёнок должен уметь сопереживать, волноваться за героев. Возможно, конец книги окажется печальнее, чем ожидалось. Тут родителям нужно обратить внимание, насколько ребёнок готов пережить гибель героя, и тщательно выбирать книги. Подумайте, чему научит та или иная история вашего малыша – жестокости или состраданию, заботе или равнодушию.

Вспомните, что радовало вас, когда вы были детьми и попробуйте предложить этот сценарий вашему ребёнку. Например, если вы с вашими родителями по субботам ходили в музей или в кино, устройте в семье «родительский день». То есть, день, который вы будете проводить всей семьёй, а даже самые неотложные дела пусть подождут. Кстати, как показывает практика, единственные люди, помнящие, что вы работали дома сверхурочно, – это ваши дети. Так почему бы не попробовать устроить ребёнку ту самую жизнь, о которой вы мечтали сами, когда были детьми. Вспомните, о чём вы грезили, что сделало бы вас счастливым тогда? Спросите у самого

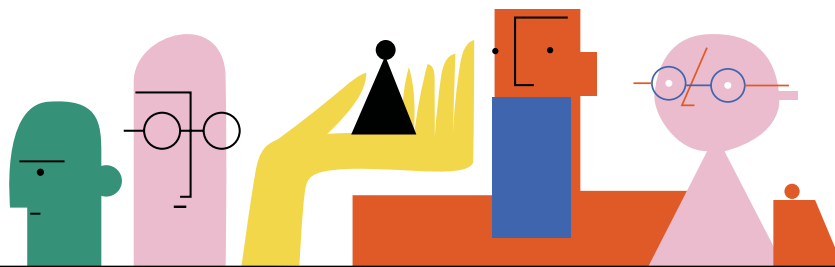
ребёнка, чего он хочет больше всего и... попробуйте стать волшебником!

Любите детей! Родных, приёмных, чужих! Любите своих учеников и воспитанников! Только искренняя любовь и забота, подкреплённые знаниями и делами, помогут нам вырастить из маленького ребёнка Настоящего Человека.



Аудиоверсия текста





ДЕТИ И ЗАБОТА О БЛИЖНЕМ

КАЖДОМУ ИЗ НАС, ДАЖЕ САМОМУ СИЛЬНОМУ ЧЕЛОВЕКУ, НУЖНА ЗАБОТА, ТЕПЛО И ПОНИМАНИЕ. ЭТИ ЧУВСТВА ВОСПИТЫВАЮТСЯ У ЧЕЛОВЕКА ВСЮ ЖИЗНЬ. НО НАЧИНАЮТ ЗАКЛАДЫВАТЬСЯ ИМЕННО В ДЕТСТВЕ. ОТНОШЕНИЯ В СЕМЬЕ СТАНОВЯТСЯ ТОЙ САМОЙ МЕРКОЙ, С КОТОРОЙ РЕБЁНОК ВЫЙДЕТ ВО ВЗРОСЛЫЙ МИР. ТАК КАК ВОСПИТЫВАТЬ РЕБЁНКА, ЧТОБЫ ОН ЦЕНИЛ ЗАБОТУ, А ТАКЖЕ МОГ ЕЁ ПРОЯВЛЯТЬ К СЕБЕ, К БЛИЗКИМ, К СТРАНЕ, К ПРИРОДЕ? НА ЭТОТ ВОПРОС ОТВЕЧАЮТ ГЕРОИ И ЭКСПЕРТЫ ОСЕННЕГО НОМЕРА ЖУРНАЛА «СЕМЬЯ И ШКОЛА».

ВСЁ НАДО ПОКАЗЫВАТЬ
НА СОБСТВЕННОМ ПРИМЕРЕ



Константин Федоренко,
директор МДЦ «Артек»

Сегодня «Артек» продолжает свою миссию по формированию сознания подрастающего поколения через воспитание положительного отношения к базовым для нашего общества ценностям: служению Отечеству, крепкой семье, созидательному труду, исторической памяти и преемственности поколений. А самое главное – дети обретают здесь, в «Артеке», уверенность в себе, в своих силах, что помогает им достигать поставленных целей как в образовании, так и в дальнейшей карьере. И, конечно же, дети учатся помогать тем, кому это действительно нужно. Это очень важный навык.

Всё это надо показывать и на собственном примере! Только так.

«ОКЕАН» – ЭТО ЦЕНТР
ПРЯТЯЖЕНИЯ ДОБРА



Наталья Соловей,
директор ВДЦ «Океан»

Всероссийский детский центр «Океан» – это место личностного и профессионального самоопределения, где каждый ребёнок строит вектор развития, получает поддержку специалистов и вдохновляется на новые свершения. Конечно, во время наших смен дети учатся проявлять заботу, а вожатые оттачивают своё мастерство.

В «Океане» часто проходят встречи с представителями стран Азиатско-Тихоокеанского региона.

«Океан» – это центр притяжения добра, заботы, улыбок, света и хорошего настроения. Это место, где, побывав однажды, навсегда заражаешься романтикой морского прибрежья и энергией больших возможностей.

ВАЖНО ЧТОБЫ РЕБЁНОК С ДЕТСТВА
ПОНИМАЛ, ЧЕГО СТОИТ ТРУД



Игорь Журавлёв,
директор ВДЦ «Смена»

Взрослые должны личным примером показывать, как проявлять чуткость, сопереживание, заботу. Важно вовлекать ребёнка в организацию семейного быта, чтобы он с детства понимал, чего стоит труд. Необходимо хвалить за помощь и заботу, подчёркивая, как это ценно для родителей. По возможности вместе с ребёнком участвовать в благотворительности и волонтерской деятельности, в субботниках или экологических акциях. Это научит ставить себя на место других, сочувствовать, а также ценить то, что у него есть.

РОССИИ НУЖНЫ ЛЮДИ СОВРЕМЕННО ОБРАЗОВАННЫЕ, НРАВСТВЕННЫЕ, ПРЕДПРИИМЧИВЫЕ



Александр Джеус,
директор ВДЦ «Орлёнок»

Моё понимание заботы – дать молодым людям необходимые ценностные, жизненные ориентиры, растить человека, формируя вместе с ним навыки и поощряя успехи, поддерживая и развивая интересы и реальные возможности. Главное – не унижая его достоинства. Ставить вполне достижимые задачи, где-то помогая, где-то подсказывая наиболее удачные подходы. Не идти на поводу его потребностей, а дисциплинировать в соответствии с национальной нормой, подчёркивая важность его вклада в общее дело.

Развивающемуся гражданскому обществу России сегодня нужны современно образованные, нравственные, предприимчивые люди, которые могут самостоятельно принимать ответственные решения в ситуации выбора, прогнозируя их возможные последствия. Эти люди должны быть способны к сотрудничеству, отличаться мобильностью, динамизмом, конструктивностью и обладать развитым чувством ответственности за свою судьбу, судьбу своей семьи.

Если нам удастся решить эту задачу, то это и значит, что нам удалось вырастить человека, который способен ценить заботу о себе, о близких, о стране, о природе. Нам нужны не потребители, а созидатели.

ЕСЛИ ХОТИТЕ ВОСПИТАТЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКИ ЗДОРОВОГО РЕБЁНКА, ТО НАЧНИТЕ С СЕБЯ



Анна Ермолаева,
заместитель руководителя
Федерального координационного
центра МГППУ

Это не описать двумя словами, вопрос сложный и комплексный. Прививать умение заботиться – это и беседовать с ребёнком, и дать ему возможность рассказать родителям обо всём, и правильно выстроенная коммуникация между взрослым и ребёнком. Разумеется, огромную роль в воспитании такого качества, как забота, играет пример родителя. С самого раннего возраста ребёнок должен видеть поведение родителей и ориентироваться на него. Как они относятся к животным и другим людям, к работе, бросают ли мусор на улице. Каждая мелочь будет важна. Поэтому, если хотите воспитать психологически здорового ребёнка, то начните в первую очередь с себя.

Вовлекайте ребёнка в различные виды деятельности: волонёрская, благотворительная, участие в субботнике. А можно просто посадить дерево во дворе. Ребёнка нужно учить ставить себя на место другого человека, учить сочувствию.

Нужно давать ребёнку обратную связь, хвалить его за достижения, за оценки, за дела. «Ты молодец, что помог перейти дорогу бабушке, не прошел мимо». У ребёнка, который получает заслуженную похвалу, всегда есть мотивация, чтобы делать это снова и снова. И тогда он будет ценить заботу, проявлять её к себе, к близким, к стране, к природе.

ДЕТИ БУДУТ ЗАБОТИТЬСЯ О БЛИЖНЕМ, ЕСЛИ РОДИТЕЛИ БУДУТ ДЛЯ НЕГО ПРИМЕРОМ



Вячеслав Крутихин, учитель истории и обществознания школы «Наукоград» МФЮА, создатель историко-культурного музея «Шаг», блогер, член экспертного совета учителей-блогеров Минпросвещения России

Общаться с ребёнком, говорить с ним. Когда мы пытаемся навязать ребёнку своё мировоззрение, свой путь, это не работает. Взрослый должен встать на уровень ребёнка и идти вместе с ним. За это он тебе будет благодарен. Ты подаришь ему умение самостоятельно принимать решения и радость познания. То, что нас окружает, – это помощь. Дети будут заботиться о ближнем, если родители будут для него примером. Только своими действиями и беседами с детьми мы можем научить ребёнка быть заботливым, быть благодарным.

Всё начинается с мелочей. Когда родители говорят ребёнку об ответственности, а сами её игнорируют, то о какой ответственности у ребёнка может идти речь? Только личный пример, только разговоры и объяснения. Взрослый вообще всегда должен помнить, что есть как минимум одна пара глаз, которая за ним смотрит.



Аудиоверсия текста

ПЕРВЫЙ ЗВОНОК ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

ПЕРВЫЙ РАБОЧИЙ ДЕНЬ. МНОГИЕ ИЗ НАС ПОМНЯТ ЕГО И ТЕ ЭМОЦИИ, КОТОРЫЕ ЗАХЛЁСТЫВАЛИ НАС ПЕРЕД ЗАВЕТНОЙ ДВЕРЬЮ: ВОЛНЕНИЕ, ПЕРЕЖИВАНИЯ, ТРЕВОГА, НО ВМЕСТЕ С НИМИ, КОНЕЧНО ЖЕ, РАДОСТЬ И ПРЕДВКУШЕНИЕ ЧЕГО-ТО НОВОГО. А ПРЕДСТАВЬТЕ, ЕСЛИ НА РАБОТЕ ВАС ЖДУТ ДЕСЯТКИ МАЛЕНЬКИХ НЕПОСЕД – ТАКИХ НЕВЕРОЯТНО РАЗНЫХ И ТАКИХ ИСКРЕННИХ, ЛЮБОПЫТНЫХ, ШУСТРЫХ, А ПОРОЙ КАПРИЗНЫХ И СЛОЖНЫХ? ЧТО ГОТОВИТ ПРОФЕССИЯ УЧИТЕЛЯ ИЛИ ВОСПИТАТЕЛЯ: ТЯЖЁЛЫЙ ГРУЗ ОТВЕТСТВЕННОСТИ ИЛИ РАДОСТЬ ОТ ОБЩЕНИЯ С ДЕТЬМИ? У КАЖДОГО НА ЭТО СВОЙ ОТВЕТ. НО УЧИТЕЛЯ И ВОСПИТАТЕЛИ ЕДИНЫ В ОДНОМ: РАБОТА С ДЕТЬМИ – ДЕЛО, НАПОЛНЕННОЕ ЭМОЦИЯМИ, ЧУВСТВАМИ И ИСКРЕННОСТЬЮ.

ШКОЛА ДЛЯ МЕНЯ – ЭТО ЖИЗНЬ, СЕМЬЯ, СЧАСТЬЕ, ЛЮБОВЬ И ОТКРЫТИЯ

По специальности я филолог и после окончания института готовилась преподавать русский язык и литературу. Но в школе была необходимость в учителе начальных классов. И я согласилась. И вот 1 сентября. Дети пришли ко мне – открытые, жизнерадостные. А как у них горели глаза! Это была любовь с первого взгляда... Мы учились вместе. Они у меня, а я – у них.

Сначала было сложно. Нужно было находить подход к каждому ученику. Учиться самой доступно объяснять очевидные для меня вещи. Да, у меня не было опыта. Но я старалась прислушиваться к каждому ребёнку, чтобы понять, какой он человек, как я могу помочь ему выучить то, что знаю сама, как передать ему любовь к учёбе и знаниям.

Самыми большими моими помощниками были родители учеников. Мне везло встречать равнодушных взрослых, которые хотели сделать жизнь своих детей интересной. Мы работали одной большой командой: я, дети и родители. Вместе учились, играли, пели, рисовали, путешествовали, к чему-то постоянно готовились. Дети всегда с восторгом смотрели на «играющих взрослых». А потом выплёскивали бурю эмоций: «моя мама была принцессой», «мой брат играл нам на гитаре», «а мой дедушка изображал бога Олимпа»...

ПОСТЕПЕННО Я ПОНЯЛА, ЧТО НАЧАЛЬНАЯ ШКОЛА – ЭТО ОСОБАЯ ЭНЕРГИЯ И ЭНЕРГЕТИКА.
ПЕРВЫЙ УЧИТЕЛЬ – ЭТО БОЛЬШАЯ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ, НО И БОЛЬШОЕ СЧАСТЬЕ: ОТКРЫВАТЬ ДЕТЯМ УДИВИТЕЛЬНЫЙ МИР ЗНАНИЙ.



Инна Кулакова,
учитель начальных классов, г. Воронеж

Однажды, на празднике в первом классе, дети написали сами себе послания «от первоклассника выпускнику». Мы с родителями запечатали эти послания в колбу. Прошло 11 лет. И вот на выпускном вечере мы торжественно вскрыли эту посылку из прошлого. Вздох, смех, слёзы. Это непередаваемые эмоции! Какую же невероятную силу имеет детская мечта!

Я до сих пор работаю учителем начальных классов и благодарю судьбу за то, что всё сложилось именно так. Сейчас мои первые ученики – это уже взрослые люди, у некоторых уже свои дети. Но до сих пор в моём сердце живёт каждый из них. Я очень люблю всех своих детей. Они мои «солнышки». В этом весь секрет, который помогает стать счастливой в своей работе.

САМОЕ ВАЖНОЕ – ХОРОШИЙ НАСТАВНИК РЯДОМ



Ольга Пилипец,
воспитатель детского сада, с. Раменское

Три года назад я пришла на работу в детский сад. Весь вечер накануне я переживала: как они меня примут, не испугаются ли, как мне с ними вести себя, какую позицию занять. Волнений было много. Но оказалось, что большинство из них было зря.

Мне очень повезло, что меня деликатно и мягко представили воспитанникам. Весь первый день я была не в роли воспитателя, а в роли ребёнка: вместе с ними выполняла все задания, слушалась воспитателя, присматривалась к детям, как и они ко мне. Это было очень интересно.

А потом началась моя самостоятельная работа. Признаюсь честно, первое время было сложно. Я подбирала различные игры, помогающие в обучении, песни, стихи. И не скрою, были моменты, когда часть группы с увлечением участвовала во всём этом, а часть – либо не понимала, что происходит, либо скучала. Тогда я начинала чувствовать себя очень плохим воспитателем, думала, что это не моя профессия, что мне не надо работать с детьми.

Но рядом всегда были опытные коллеги, которые подсказывали, что можно улучшить, где нужно иначе выстроить отношения с детьми, на что обратить внимание в работе, как заинтересовать каждого малыша в группе. Благодаря поддержке коллег, их мудрым советам, мне удалось выстроить воспитательный процесс в группе. Мне кажется, это особенно важно в начале работы – не бояться обратиться за помощью к коллегам.

Так, шаг за шагом, я набиралась опыта. А мои дети проникались ко мне доверием. Ведь ребёнок всегда чувствует, врут ему взрослые или нет. Он может не понимать, но чувствовать будет всегда. Вообще, невозможно выстроить отношения с детьми, если между вами нет доверия.

Одной из моих находок в выстраивании отношений с детьми стали утренние новости, когда дети рассказывают о себе и показывают новые игрушки. И я в этот момент сама становлюсь ребёнком, разрешаю себе искренне радоваться, удивляться, смеяться. Я не скрываю своих эмоций, дети это ценят и доверяют мне.

Эти нюансы особенно важно понимать воспитателям, так как именно в детском саду начинается такой болезненный для обеих сторон процесс, как сепарация ребёнка от мамы. Первое время детям сложно оставаться без родителей в саду. И я часто разрешаю, даже предлагаю сама, чтобы мама первое время была рядом с ребёнком, чтобы он понял, что тут не страшно, что мама его не бросила, что в саду ему рады.

В первые годы работы именно этот момент был для меня сложным: когда в группу приходит новый ребёнок, которому нужно много внимания, при этом нельзя оставлять без внимания других воспитанников. Сохранять баланс в такой ситуации непросто. И тут поможет только личный опыт, наработанный такими случаями и поддержка наставника.

ОТКРЫТОЕ СЕРДЦЕ — ЗАЛОГ ДОВЕРИЯ МЕЖДУ УЧИТЕЛЕМ, ДЕТЬМИ И РОДИТЕЛЯМИ



Елена Быстрицкая,
учитель начальных классов, г. Санкт-Петербург

Я ждала свой первый рабочий день в школе, но не буду скрывать, он меня пугал. Дело в том, что я кардинально поменяла профессию. Мне нравилось и нравится общаться с детьми, учить их, поддерживать. Поэтому моим сознательным выбором стало получение педагогического образования, которое помогло мне получить новую профессию, любимую и интересную, где я реализуюсь не только как профессионал, но и как человек.

Я получила новое образование – педагогическое. И вот я в школе уже как учитель. Я пришла работать в третий класс. Это сложнее, чем в первый. Ведь теперь меня будут сравнивать с предыдущим педагогом, строже оценивать. Поэтому крайне важно было заслужить доверие детей. И, конечно, первое время они проверяли меня на прочность. Кто-то не слушал, кто-то шумел, кто-то, наоборот, молчал. Но этот период длился недолго. Ребята увидели, что я к ним искренне расположена, что мне интересны их вопросы и проблемы, что я готова общаться с ними на равных. После этого у нас стали выстраиваться доверительные отношения.

И я очень благодарна родителям, которые минимально вмешивались в этот процесс. Я смогла оценить и понять, насколько важно взаимодействие всех участников воспитательного процесса. Для него, безусловно, необходимо время, не бывает результата в одночасье. Но желание каждого наилучшим образом выстроить процесс обучения и воспитания – залог желаемого результата.

Ребёнок в школе, даже в начальной, должен учиться быть самостоятельным. В том числе в таких моментах, как выстраивание отношений с учителем. Ведь ближайшие несколько лет именно с ним, с педагогом, детям придётся проводить очень много времени. И от того, какие отношения сложатся между ними, будет зависеть успех всего образовательного процесса. Неопытный педагог, к сожалению, не всегда может определить, как ребёнок среагировал на ту или иную ситуацию. У меня получилось это сделать, когда я перестала общаться с детьми, как с малышами, перешла на другой, более взрослый уровень.

ВООБЩЕ, МИР ДЕТЕЙ – НЕВЕРОЯТНО ИНТЕРЕСНЫЙ. И ЕСЛИ УЧИТЕЛЬ ПОЛУЧИЛ ДОПУСК В ЭТОТ МИР, ТО ОБРАЗУЕТСЯ ТОТ ВАЖНЫЙ И НУЖНЫЙ В РАБОТЕ КОНТАКТ, КОТОРЫЙ ДЕЛАЕТ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС УВЛЕКАТЕЛЬНЫМ, ПОНЯТНЫМ И ВАЖНЫМ. ПОЭТОМУ, ВЫБИРАЯ ПРОФЕССИЮ УЧИТЕЛЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ, НУЖНО ОЧЕНЬ ТЩАТЕЛЬНО ВЗВЕСИТЬ ВСЕ ЗА И ПРОТИВ, ОЦЕНИТЬ СВОИ ВОЗМОЖНОСТИ И СИЛЫ.

Дети очень чуткие и доверчивые. Однако они, наверное, самые строгие судьи, ведь младшие школьники не прощают неискренность, незаинтересованность, замечают даже самую малую фальшь, а уж тем более лицемерие. К детям можно и нужно приходить только с открытым сердцем. И тогда школа будет в радость и ученикам, и учителю.

Беседовала:
Ольга Черепухина



Аудиоверсия текста

КАК СДАТЬ ЕГЭ НА СТО БАЛЛОВ

УЧЕБНЫЙ ГОД ТОЛЬКО НАЧАЛСЯ, НО ОДИННАДЦАТИКЛАССНИКИ УЖЕ ВОВСЮ ГОТОВЯТСЯ СДАВАТЬ ЕДИНЫЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ЭКЗАМЕН. ВОЛНИТЕЛЬНО И, ПРИЗНАТЬСЯ, НЕСКОЛЬКО СТРАШНО. ВПРОЧЕМ, СТРАХ ВОЗНИКАЕТ ОТ НЕЗНАНИЯ ТОГО, ЧТО ЖЕ БУДЕТ НА ЕГЭ, КАК ЕГО СДАВАТЬ, И ВООБЩЕ, МОЖНО ЛИ ОБЫЧНОМУ ШКОЛЬНИКУ СДАТЬ ЕГЭ НА 100 БАЛЛОВ БЕЗ РЕПЕТИТОРА И ДОПОЛНИТЕЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ. НА ЭТИ И ДРУГИЕ ВОПРОСЫ МЫ ПОПРОСИЛИ ОТВЕТИТЬ ЗАМЕСТИТЕЛЯ РУКОВОДИТЕЛЯ ФЕДЕРАЛЬНОЙ СЛУЖБЫ ПО НАДЗОРУ В СФЕРЕ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ИГОРЯ КРУГЛИНСКОГО.

Можно ли сдать ЕГЭ на 100 баллов, если учишься на отлично?

Тут всё зависит от желания школьника и профессионализма учителя. Можно усердно учиться и сдать экзамен, только занимаясь в школе, а можно несколько лет ходить к репетитору и не набрать то количество баллов, на которое ты рассчитывал, не говоря уже о ста. Это такая многофакторная история.

Напомню, что все КИМ (контрольные измерительные материалы – прим. ред.) составлены в соответствии с ФГОС (Федеральный государственный образовательный стандарт – прим. ред.). Они полностью отражают содержание ФГОС и не выходят за его пределы. Соответственно, в ЕГЭ ничего другого, чем то, что установлено в стандарте, быть не может.

Можно ли подготовиться к ЕГЭ в последний год?

Это очень частое заблуждение. За год, полгода и уж тем более за месяц нельзя подготовиться к ЕГЭ. Подготовка к единому госэкзамену идёт на протяжении всего периода обучения в школе – с первого класса по одиннадцатый. Соответственно, если ребёнок усердно и прилежно усваивал образовательную программу, то велики шансы, что он получит те баллы, которые он хочет и заслуживает.



Игорь Круглинский,
заместитель руководителя Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки

Но не стоит забывать, что экзамены по предметам по выбору, в первую очередь, являются вступительными экзаменами, поэтому КИМ составлены на материале профильного уровня. И если ребёнок учится на базовом уровне, а решил сдавать профильный экзамен, то с большой долей вероятности высокий балл школьнику набрать не получится, потому что ребёнок получал меньше учебных часов и знаний, чем для этого нужно. Здесь на помощь любому ученику придёт огромное количество информационных ресурсов и материалов.

В первую очередь это открытый банк заданий, который размещён на сайте ФИПИ (Федеральный институт педагогических измерений – прим. ред.), варианты КИМ, которые мы открываем после каждого периода проведения ЕГЭ. В аккаунтах Рособнадзора в социальных сетях мы проводим видеоконсультации, где подробно обсуждаем структуру и содержание КИМ. В прошлом году были записаны аудиоподкасты, в которых специалисты разъясняли, на что выпускникам надо обратить внимание при подготовке к экзамену.



Если говорить про экзамен 2024 года, то уже сейчас мы отправили аналогичные материалы по регионам и просили ознакомить учителей с изменениями в контрольных измерительных материалах 2024 года. А весной мы проведём встречи с выпускниками, во время которых можно будет поделиться своим опытом подготовки, задать вопросы по конкретным заданиям.

У нас 11 предметов, соответственно, каждая из 11 комиссий проводит такие мероприятия, чтобы все дети могли получить максимум информации и наилучшим образом подготовиться к ЕГЭ. Это, конечно же, неполный список наших мероприятий. Я смотрю обзоры и вижу, что во многих субъектах также проводятся различные мероприятия, чтобы оказать ребятам максимальную помощь при подготовке к экзаменам.

Например, организуются дополнительные факультативы для детей, которые испытывают сложности в освоении программы и для которых остро стоит вопрос преодоления минимального порога. В некоторых регионах организуются онлайн-консультации. Конечно, их проводим и мы, но в регионах это более локально и доступно с точки зрения выпускников. Но это не подменяет, а дополняет учебный процесс.

Расскажите, пожалуйста, о них поподробнее.

На сайте ФИПИ сейчас вывешены проект демоверсий и спецификации по каждому предмету. Они утверждаются в ноябре, а до этого идёт профессиональное обсуждение. К ЕГЭ приковано огромное внимание: родители, дети, учителя до ноября присылают в ФИПИ свои мнения и предложения. ФИПИ всё это обрабатывает и принимается

финальное решение о содержании экзаменов 2024 года. Затем каждый председатель предметной комиссии рассказывает про свой предмет: что поменялось, на что обратить внимание, какие были типичные ошибки у выпускников прошлых лет. На наших страничках в соцсетях можно задавать вопросы.

Ещё одна полезная акция – это встреча со стобалльниками. Встречи выпускников с теми, кто успешно сдал ЕГЭ годом или двумя ранее, очень мотивируют нынешних одиннадцатиклассников у которых экзамен ещё впереди. Дети видят такого же школьника, который год назад учился в этой школе или где-то рядом. Он получил высокий балл и поступил в престижный вуз. А бывший ученик – нынешний студент – делится даже не столько предметными знаниями, сколько своим опытом в подготовке к экзаменам: что надо выспаться перед экзаменом, на что обратить внимание, какой учебник использовал, какие дополнительные материалы, какие сайты... Смысл в том, чтобы ребята поняли, что нет ничего страшного в экзамене и высокие баллы вполне доступны. Для этого надо хорошо учиться – и всё будет хорошо.

Отличаются ли ЕГЭ в регионах и в центре? Могут ли быть сложности при переводе в другую школу?

Тут стоит сказать о той большой работе, которую ведёт Министерство просвещения и по новым стандартам, и по новым программам, которые будут являться одинаковыми для всех школ Российской Федерации. То есть у нас появляется единое образовательное пространство. Если говорить про экзамен, то он называется «единый» потому, что одинаковый и с точки зрения технологии, и с точки зрения содержания – где бы он ни проходил. А ЕГЭ, кроме Российской Федерации, проходит ещё в 55 странах мира. Везде он проводится по одним правилам и фак-

тически по одним и тем же измерительным материалам.

Сейчас на сайте ФИПИ опубликовали спецификации. Они одни для всех, кто будет сдавать ЕГЭ в этом году, для всех контрольные измерительные материалы будут составлены чётко в соответствии с этой спецификацией. Демонстрационный вариант примерно отображает тот, который будет у выпускника, а в кодификаторе детально всё расписано: на какой позиции какое задание будет стоять. И это у всех, кто будет сдавать экзамен в этом году.

Есть ли специфика при сдаче ЕГЭ у каждого предмета?

Конечно, есть. Есть информатика, которая целиком и полностью проводится на компьютере, и иностранные языки, у которых есть две специфические части: одна – аудирование, когда дети слушают текст и отвечают на вопросы, и вторая часть – говорение, когда ребёнок голосом отвечает на вопросы и выполняет задания. А с точки зрения содержания... Допустим, история. Там акцент на даты, события, имена, а в физике, помимо формул, нужна и математическая подготовка хорошая. И вообще, специфика у каждого человека своя. Если взять победителя Всероссийской олимпиады по математике, то он скажет, что профильный ЕГЭ по математике – простой, а если типичного гуманитария, то он скажет: «О-о-о, это самый сложный экзамен, который только можно представить!» Поэтому всё, конечно, индивидуально. У каждого человека самый сложный предмет – свой.

Много говорят про волнение, плохое самочувствие на экзамене. Можно ли пересдать экзамен?

ЕГЭ очень похож и на основной государственный экзамен, который дети сдают в 9 классе, и на всероссийские проверочные

работы, и на процедуры, которые проводит сама школа – контрольные и самостоятельные работы. Поэтому ребёнок уже проходил через аналогичные процедуры, и для него ничего страшного в ЕГЭ нет. И когда едешь по стране – а мы делаем это часто – и смотришь, как школьники сдают ЕГЭ, то видно, что дети не особо и волнуются. Они пришли в школу с ручкой, паспортом, написали свой экзамен и ушли домой.

Больше волнуются родители. Есть даже те, кто провожает своих детей до дверей пункта и ждёт их там, сильно переживая. И волнуются организаторы, чтобы с точки зрения процедуры всё прошло чётко в соответствии с установленными правилами.

Но всякое бывает, поэтому если ребёнок во время экзамена почувствовал себя плохо – закружилась голова, поднялась температура – и адекватно выполнить работу он не в состоянии, можно обратиться в медицинский кабинет. Он есть в каждом пункте проведения ЕГЭ, это обязательно. Там ребёнка осмотрит медицинский работник и исходя из состояния здоровья ребёнка, сделает заключение о возможности или невозможности продолжать экзамен. Если нет, то оформляется специальный акт о досрочном завершении экзамена и выпускник приходит сдавать экзамен в резервный день.

Если человек остаётся на экзамене и продолжает его писать, то пересдать предметы по выбору можно будет только через год. Если говорить о русском языке или математике, то пересдать эти предметы, если не набрал минимальный балл, можно в резервные дни, потому что эти два предмета влияют на получение аттестата.

Имеет ли смысл пробовать сдать ЕГЭ досрочно? Допустим, после 10 класса?

Можно сдать, но здесь есть свои нюансы. Первый, и самый главный,

ЕГЭ можно сдавать только после завершения освоения школьной программы. То есть, если ученик готов сдать в 10 классе какой-то предмет, то он должен освоить материал не только 10, но и 11 класса, то есть полной школьной программы. Как правило, это перевод на индивидуальный учебный план и аттестация по этому предмету. Есть обязательные предметы. Сдавать в 10 классе одновременно русский язык и математику нельзя, так как это фактически итоговая аттестация, а по правилам ребёнок должен пройти перед ней ряд процедур допуска, в том числе иметь зачёт за итоговое сочинение.

Можно сдать один из этих предметов в 10 классе. Но если ребёнок сдаст предмет на балл ниже минимального, то его можно пересдать в 11 классе. А если выше минимального, то есть получит положительную оценку, то пересдать этот предмет для улучшения результата ученик сможет только после получения аттестата – на следующий год после окончания 11 класса.



Предметы по выбору можно пересдавать только после получения аттестата, то есть на следующий год после окончания школы. И тут пересдача не зависит от того, набрал ученик минимум или нет. Считается, что в рамках итоговой аттестации ребёнок свой экзамен сдал. Сколько баллов набрал – столько и есть. Поэтому нужно очень внимательно подходить к этому вопросу и не спешить.

Какова процедура пересдачи ЕГЭ?

Тоже нужно разделить процедуру пересдачи предметов обязательных и по выбору. Начну с обязательных. Русский язык и математика – здесь есть возможность пересдать в резервный день, если не набрал минимальный балл с первой попытки. Если повторно сдать в резервный день не получилось или у ученика два неуда, то можно пересдать в сентябрьский период, потому что это обязательные предметы, которые влияют на выдачу аттестата.

Если говорить о предметах по выбору, то в текущем году их пересдать нельзя. Ученик сдал их, сколько баллов набрал – столько и набрал. Если хочется улучшить результат, то можно сдать эти экзамены через год.

Хотел бы отдельно напомнить, что выпускники прошлых лет, которые

хотят пересдать ЕГЭ в текущем году, должны до 1 февраля года, в котором они планируют сдавать экзамен, подать заявление на участие в ЕГЭ. То есть, если выпускник прошлых лет хочет в 2024 году пересдать экзамен, то он должен подать заявление до 1 февраля 2024 года. Чтобы его зарегистрировали, запланировали место и так далее. Во многих субъектах уже есть электронная система регистрации на экзамен. Там, где этого нет, примерно в начале декабря органы исполнительной власти опубликуют список мест, куда можно прийти и подать заявление на участие в едином государственном экзамене. Но это касается выпускников прошлых лет. У выпускников текущего года регистрация на ЕГЭ, как правило, организуется в школе.

Нужно ли сдавать ЕГЭ тем, кто закончил СПО и хочет идти в вуз?

Если человек поступает в вуз по диплому СПО, а не по аттестату, то здесь надо смотреть каждый конкретный случай. Например, по какой специальности человек учился в СПО, и если в правилах вуза написано, что это один профиль и приёмная комиссия тоже так считает, то можно не сдавать ЕГЭ и пойти поступать в вуз по внутреннему экзамену.

Есть претензии от родителей, что ребёнок получает низкий балл за оформление ответа на вопросы ЕГЭ. Так ли это важно, и почему этот фактор так сильно влияет на баллы?

Что касается оформления. Надо понимать, к чему претензия. Где-то есть ограничения по числу слов, где-то в ответе обязательно должны быть цитаты, где-то приведён ход решения задачи. Это не оформление, как многие думают, это требования к ответу. И если ты их нарушаешь, то ответ не будет принят и баллы не засчитают. Читайте внимательно задание. Там написаны требования к ответу и ничего сверхъестественного в них нет, и требования уже довольно давно не менялись.

Здесь ещё вот о чём хочется сказать. Многих родителей беспокоит, что у их ребёнка плохой почерк и ту часть заданий, которую проверяет компьютер, можно неправильно трактовать. Так вот, я хочу сказать, что каждая работа проходит процедуру верификации, где человек глазами смотрит и сравнивает, как это распознал компьютер. И в случае, если компьютер что-то распознал не так, человек всё исправит. Мы каждый год проводим огромную работу, чтобы свести к минимуму технические ошибки.





Если бы Вы сейчас готовились к ЕГЭ, то какой бы предмет выбрали и почему?

Я учился в физматклассе, поэтому я бы выбрал математику, физику и информатику. Но прежде, чем идти на ЕГЭ, я бы попросил некоторое время на подготовку, поскольку я школу закончил довольно давно.

А как бы готовились?

Как выпускник или как взрослый, который сейчас решил сдать ЕГЭ?

Как взрослый.

Первое – я открыл бы спецификацию экзаменационной работы, взял бы демонстрационный материал и попробовал его решить. Тогда стало бы ясно, что мне понятно, а какие темы вызвали затруднения. Далее по тем темам, в которых я чувствую затруднения, я обращусь к открытым урокам, потому что есть уже много разных уроков, в которых разбираются задания ЕГЭ. Причём разбор делают педагоги, у которых очень хорошо поставлена методика и их лекции понятны и доступны.

Если я пойму, что этого мало, то тогда, конечно, какое-то количество уроков возьму у тех людей, которые помогут мне вспомнить всё, что я мог забыть.

Расскажите, пожалуйста, подробнее про акцию «ЕГЭ для родителей».

В рамках этой акции любой родитель может зарегистрироваться, прийти в пункт проведения экзамена и выполнить задания из ЕГЭ. Акция очень востребована. В ней принимают участие не только родители выпускников текущего года, но и политики разного уровня, губернаторы, журналисты, депутаты, многие медийные персоны. Все они хотят посмотреть своими глазами, что же такое процедура ЕГЭ. И когда начинаешь спрашивать, что запомнилось, как сама процедура, то про процедуру никто и не вспоминает. Все начинают говорить про выполнение КИМ и хотят спрогнозировать, сколько же баллов они набрали.

То есть родители приходят на эту акцию, проходят все этапы ЕГЭ,

и тогда они понимают, что ничего такого страшного в этом экзамене нет. Поэтому приглашаем всех, у кого есть какие-то сомнения, принять участие в этой акции. Она ежегодная, будет проводиться весной во всех субъектах Российской Федерации.

Где можно узнать об акции «ЕГЭ для родителей»?

На сайте каждого регионального органа управления образованием. Мы дали коллегам возможность самостоятельно выбирать сроки, наиболее подходящие для мероприятия в их регионе, эти сроки публикуют, и там же можно почитать, каким образом можно поучаствовать.

Какие лично у Вас будут рекомендации родителям?

Самое важное – создать благоприятные, комфортные условия, чтобы ребёнок спокойно учился и готовился к экзаменам. Очень важно слышать мнение ребёнка о том, кем он хочет стать, какие предметы считает важными и нужными для себя, какие дисциплины именно ребёнок хочет выбрать, а не пытаться настаивать на своей точке зрения и навязывать своё видение его будущей карьеры. Тут надо искать компромисс.

Если родители поддерживают ребёнка, помогают ему пережить трудности, советуются с учителями в школе и следуют их рекомендациям, то всё будет хорошо, и ребёнок обязательно сдаст ЕГЭ.

Беседовала:
Елена Кузнецова



Аудиоверсия текста

ЭКЗАМЕНЫ ВМЕСТЕ: ДЕТИ, РОДИТЕЛИ И ПЕДАГОГИ

НАЧАЛСЯ НОВЫЙ УЧЕБНЫЙ ГОД, ВОЛНЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ ИЗ-ЗА ЭКЗАМЕНОВ ПОЗАДИ, ШКОЛЬНИКИ СТАЛИ СТУДЕНТАМИ, А ПЕДАГОГИ ЗАНЯТЫ ПЛАНАМИ ПО ПОДГОТОВКЕ НОВЫХ УЧЕНИКОВ. МЫ ОБРАТИЛИСЬ К НЕДАВНЕМУ АБИТУРИЕНТУ И ЕЕ УЧИТЕЛЮ, ЧТОБЫ УЗНАТЬ, КАК НАИЛУЧШИМ ОБРАЗОМ ВЫСТРОИТЬ ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ МЕЖДУ ШКОЛЬНИКОМ, УЧИТЕЛЕМ И РОДИТЕЛЯМИ, БЫТЬ НАДЕЖНОЙ ОПОРОЙ РЕБЁНКУ НА ВСЕХ ЭТАПАХ ПОДГОТОВКИ И ДОСТИГНУТЬ ЖЕЛАЕМОГО РЕЗУЛЬТАТА. САМОЕ ВРЕМЯ ОГЛЯНУТЬСЯ НАЗАД И ПРОАНАЛИЗИРОВАТЬ, ЧТО ЖЕ СДЕЛАНО ВЕРНО, А ЧТО МОЖНО БЫЛО БЫ ИСПРАВИТЬ. ТАКОЕ РЕДАКЦИОННОЕ ЗАДАНИЕ И ПОЛУЧИЛ НАШ МОЛОДОЙ АВТОР, КОТОРЫЙ В ЭТОМ ГОДУ ПОСТУПИЛ В УНИВЕРСИТЕТ. А МЫ УЗНАЛИ, ЧТО ЖЕ ДУМАЕТ ПО ПОВОДУ ТОГО, КАК ЛЕГЧЕ ВСЕГО СДАТЬ ЕГЭ, УЧИТЕЛЬ НАШЕГО АВТОРА.



В 2023 учебном году я завершила свою школьную жизнь. И естественно, сдавала выпускные экзамены. Их было пять: русский, базовая математика, история, английский язык и обществознание. Теперь, будучи студенткой Московского государственного университета имени М.В. Ломоносова, я оглядываюсь назад и понимаю, где и какие ошибки я совершила. И сейчас готова поделиться своим позитивным опытом подготовки к ЕГЭ и вступительным экзаменам.

На мой взгляд, подготовку к любому экзамену стоит начать с установления взаимопонимания с родителями и родственниками, а также с расстановки приоритетов и целей. На этом этапе много придётся поработать родителям. Возможно, стоит посоветоваться с детским психологом или с выпускниками, успешно сдавшими ЕГЭ. Каждый взрослый, который будет находиться рядом со старшеклассником, должен осознать, что экзамены – всегда стресс. Именно поэтому на ребёнка ни в коем случае нельзя давить, если что-то идёт не так, как бы вам хотелось. Поверьте, чем меньше нервов, тем будет лучше и выше результат. А главное, ваш ребёнок будет уравновешен и спокоен.

В моей семье всё было именно так. Все действия и родителей, и младших сестёр, и брата были направлены на то, чтобы поддержать меня, иногда помочь, например, сделать шпаргалки. Именно благодаря моим близким у меня была возможность в спокойной обстановке подготовиться к сдаче единого государственного экзамена.

На следующем этапе необходимо определиться с методами подготовки к ЕГЭ. Это могут быть курсы на онлайн-платформах, самостоятельное изучение материала из учебников и отработка знаний по сборникам для подготовки к ЕГЭ или же занятия с репетитором. Самое важное – найти тот формат, при котором усвоение информации будет наиболее эффективным и комфортным. Я готовилась к сдаче экзамена по истории и обществознанию с Лысенковой Екатериной Олеговной, моим учителем из средней школы. Она стала для меня наставником и другом. Она же поддерживала меня на протяжении всего экзаменационного периода.

Комментарий Екатерины Лысенковой: Самый лучший совет, как справиться с волнением, нам дал на 1 курсе истфака наш преподаватель по истории Алексей Владимирович Лаушкин, и говорил он так: «Экзамен – это всего лишь пара часов в вашей жизни, когда нужно прийти и рассказать (написать) то, что вы знаете. Пришёл, рассказал и ушёл. Не больше и не меньше». Не нужно придавать экзамену большее значение, чем оно есть в реальности. Даже если результат будет не таким идеальным, на который вы рассчитывали, это гораздо меньше повлияет на вашу дальнейшую жизнь, чем вам кажется. Если ребёнок готовился, он напишет и сдаст. Родителям я бы посоветовала сосредоточиться на том, чтобы поверить в своего ребёнка искренне, и тогда нужные слова найдутся всегда.



Подготовка к ЕГЭ по истории началась с изучения Отечественной истории. Полученные знания необходимо было применять для решения заданий из сборника И. А. Артамова. Екатерина Олеговна делилась со мной различными техниками того, как можно грамотно и чётко сформулировать ответ, как оперировать фактами. В процессе подготовки к экзамену я выявила и свои собственные «фишки» для упрощения работы.

В качестве вариации изучения раздела культуры из ЕГЭ по истории мне было предложено просмотреть видеолекции, разработанные и записанные моим педагогом. После зимних каникул Екатерина Олеговна предложила мне готовиться к сдаче экзамена вместе с девочкой из Ульяновска. Изначально я не совсем понимала, насколько такой формат мне подойдёт. Мы выполняли задания одновременно, а потом сверялись, обсуждали ответы: критиковали, хвалили, поддерживали друг друга.

Комментарий Екатерины Лысенковой: Многих ребят пугает формат групповой или парной работы в подготовке к экзаменам, так как у каждого свой темп и свои особенности восприятия. Поэтому рекомендуется вводить занятия такого рода только после отбора участников группы педагогом и на завершающих этапах курса обучения. Именно так формируются важные дополнительные навыки – посмотреть на свою работу глазами коллеги, а также самому выступить в роли эксперта. Зачастую именно в таком формате мы приходим к удивительным открытиям – «за это я бы точно балл поставила», «а вот это спорный момент», «давай попробуем разные формулировки» и проч.

Со временем мы с Сашей подружились и общаемся по сей день. В тот момент я просто доверилась своему учителю и не ошиблась. Я была полностью готова к экзамену и не волновалась за результат.

Кстати, если относиться к данному жизненному этапу с улыбкой и интересом, то сам процесс не будет неприятным, занудным или способным действовать вам на нервы. Не зубрите материал, старайтесь его пропустить через себя и понять. Не заостряйте внимание на неудачах, концентрируйтесь на тех темах, которые вызывают у вас интерес, ведь экзамены пройдут, а то, что вас больше всего привлекало, останется в памяти на долгие годы. Ни в коем случае не паникуйте! Всегда есть время перечитать конспект или исправить метод решения.

За один-два дня до экзамена советую ничего не повторять, а просто отдохнуть и отвлечься: прогуляйтесь с домашним питомцем, сходите с друзьями в кафе или сделайте шпаргалки. Можно привлечь ваших близких. Поверьте, это намного веселее просмотра фильма или сериала – проверено.

Комментарий Екатерины Лысенковой: Я всегда советую накануне экзамена не делать ничего, что бы относилось к самому экзамену. Если ребёнок начинает повторять и суетиться, обязательно всплывает какая-то тема или вопрос, в которой он не уверен, и начинается паника. Это приводит к тому, что на сам экзамен ребёнок приходит уже в стрессе. Наш мозг так устроен, что мы можем учиться или выдавать изученную информацию грамотно только в состоянии покоя, поэтому совет Василисы – отдохнуть, сходить на прогулку или просто провести время с семьёй – лучше не придумать.

В день экзамена обязательно выспитесь. Скорее всего, вы всё равно будете немного нервничать, это нормально. Позавтракайте, улыбнитесь, напомните себе, что вы хорошо подготовлены, и смело идите на экзамен. И постарайтесь в этот день не общаться с паникёрами, которые вечно ничего не знают и у них всё плохо. Это их проблема. Вы-то занимались, у вас всё хорошо. Будьте уверены в себе и своих знаниях, а во время экзамена сконцентрируйтесь на заданиях.

Уважаемые родители, будьте опорой для ваших выпускников. Поддерживайте их во всех начинаниях и увлечениях. Помогайте в случае необходимости. Побольше общайтесь со своими детьми. Поверьте, иногда нам нужно просто пообщаться и обсудить наболевшее. Именно так ваш ребёнок сможет прийти к поставленной цели!

Интересной подготовки и желаемых результатов!



Автор текста:
Василиса Антошина



Аудиоверсия текста

ЦЕНТР ПРИТЯЖЕНИЯ: СОВРЕМЕННЫЙ ДЕТСКИЙ ЛАГЕРЬ

А ЗНАЛИ ЛИ ВЫ, ДОРОГИЕ РОДИТЕЛИ, ЧТО САМЫЕ ИЗВЕСТНЫЕ ДЕТСКИЕ ЦЕНТРЫ СЕЙЧАС РАБОТАЮТ КРУГЛЫЙ ГОД? И ВСЕ 12 МЕСЯЦЕВ ТАМ ОТДЫХАЮТ И УЧАТСЯ ДЕТИ? А ЭТО ТАК. СОХРАНЯЯ СВОИ ЛУЧШЕ ТРАДИЦИИ И ДОБАВЛЯЯ СОВРЕМЕННЫЕ, ПЕРЕДОВЫЕ РАЗРАБОТКИ, ДЕТСКИЕ ЦЕНТРЫ ОСТАЮТСЯ МЕСТОМ ПРИТЯЖЕНИЯ МИЛЛИОНОВ ДЕТЕЙ. В ЭТОМ МАТЕРИАЛЕ МЫ РАССКАЖЕМ О ТОМ, ЧТО ИНТЕРЕСНОГО ПРОИСХОДИТ В «АРТЕКЕ», «ОРЛЁНКЕ», «СМЕНЕ» И «ОКЕАНЕ»! И, КОНЕЧНО, КАК ТУДА ПОПАСТЬ.

«АРТЕК»

О МДЦ. Международный детский центр «Артек» – это крупнейший детский центр мира, которому скоро исполнится 100 лет! В 20-е годы XX века лагерь совсем не был похож на современный детский центр: ребята жили в четырёх брезентовых палатках у самого Чёрного моря. В самую первую смену в лагере отдохнули 80 человек, а всего летом 1925 года в «Артеке» побывали 320 детей. Увидеть, как проходило пионерское лето, можно в фильме «Артек. Большое путешествие». Сейчас «Артек» работает круглогодично и состоит из 9 лагерей. МДЦ принимает детей от 8 до 17 лет.

Чем заняться. Теперь в распоряжении ребят 130 студий дополнительного образования, спортивные секции, профильные отряды. Занятия здесь на любой вкус: хочешь, биологию изучай – природа Крыма к этому располагает, хочешь, к полёту в космос готовься – музею космонавтики «Артека» можно позавидовать.

Если море влечёт, то можно и в шлюпочные отряды детской морской флотилии податься. А если отважным капитаном быть не хочется, то можно просто посетить артековский порт или поплавать в бассейне с морской водой. А можно представить себя отважным рыцарем и пойти заниматься верховой ездой. В «Артеке» есть и своя конюшня.

В ВДЦ реализуют более 120 общеразвивающих программ разной направленности. Занятия проходят в оснащённых классах и лабораториях, залах, мастерских. В частности, в «Артеке» можно заняться созданием сайтов и приложений, научиться работать с виртуальной и дополненной реальностями, информационными технологиями, робототехникой, а также изучить графический дизайн, основы конструирования, авиа- и судомоделирование, 3D-прототипирование и создать свою 3D-модель. На территории детского центра есть чем заняться и любителям химии и биологии: в «Артеке» есть лаборатория физико-химических исследований, анатомическая лаборатория.

ЧЕГО В «АРТЕКЕ» НЕТ? СКУКИ И ПРАЗДНОГО ШАТАНИЯ ДЕТЕЙ ПО ТЕРРИТОРИИ.



Легендарный «Артек» и сейчас одно из самых популярных мест детского отдыха

Все смены (а их 15 в году) тематические. Есть международные, о творчестве, спорте, дружбе. Есть те, в которых можно себя попробовать в разных профессиях. В 2023 году смены получились тематические в честь Года педагога и наставника. Ребята могли попробовать себя в качестве педагога. Очень интересный опыт получился, судя по отзывам. Немаловажную роль играет популяризация российского движения детей и молодежи «Движение первых».

Возможность попробовать себя в различных направлениях помогает ребёнку понять, что ему нравится, и даже выбрать то, чем бы он хотел заниматься в будущем. А самое главное – дети обретают здесь уверенность в себе, в свои силы, что помогает им достигать поставленных целей как в образовании, так и в дальнейшей карьере.



«Артек» живёт яркой жизнью

«Артек» возложил на себя серьёзную задачу и предложил свои нововведения в образовании. Одно из них – СОМы – сетевые образовательные модули. Это возможность вывести ребят за пределы школьных стен в естественную среду, чтобы они не по учебнику изучали, как выглядит то или иное растение, архитектурный стиль, картина, а познавали это на природе, в городе на экскурсии, в галерее и т. д.

Традиции. «Артек» невозможно понять без его традиций, которые идут с 1925 года. Есть трогательные традиции, которые вызывают слёзы на глазах. Это «Встреча перед расставанием». В последний день смены мальчики дарят девочкам розы в знак вечной дружбы.

В 2000 году во время празднования юбилея лагеря артековцы вскрыли капсулу времени, которую для них оставили пионеры в 1960 году. Они мечтали, что в новом тысячелетии люди уже начнут регулярно летать на Луну, а в «Артеке» появится собственный космодром. А в 2019 году дети заложили новую капсулу времени. Её планируют открыть в 2025 году в честь столетия лагеря.

Как попасть. Сохранилась и одна из главных традиций – путёвка за достижения. В советские годы получить путёвку в «Артек» было почётно: поездкой награждали отличников, активистов, спортсменов. И сегодня каждый школьник России может зарегистрировать свою страничку в автоматизированной информационной системе (АИС) «Путёвка», создать своё портфолио, наполнить его своими достижениями и получить ту самую заветную путёвку. Попасть можно и платно (всего 5% от общего количества путёвок). Это объективно и честно. И попасть в лагерь можно только раз в год, вне зависимости от достижений.

Рассказал директор МДЦ «Артек»
Константин Федоренко

«ОРЛЁНОК»

О ВДЦ «Орлёнок» – тот самый детский центр, о котором знает каждый россиянин. Открыт с 1960 года, расположен в Краснодарском крае недалеко от Туапсе на берегу Чёрного моря. Работает круглогодично в 13 смен по 21 день каждая. Принимает детей от 11 до 16 лет. «Орлёнок» – это уникальный мир, в который погружаются дети, чтобы не только отдохнуть, но и получить знания в самых разных областях и на практике попробовать свои силы в разных профессиях. Секрет «Орлёнка» прост: уважение и любовь к детям, доверие и индивидуальный подход к каждому ребёнку.

Чем заняться. В «Орлёнке» дети чувствуют себя свободными в самовыражении, понимают, что способны на большие достижения, получают поддержку наставников и возможности для реализации самых смелых идей. Благодаря этому именно во Всероссийском детском центре рождаются прорывные проекты, авторами которых являются сами дети.

В «Орлёнке» есть Дом авиации и космонавтики. Он же музей и научно-технический центр для детей, который в 1969 году торжественно открыл космонавт Алексей Леонов. Также есть лагерь «Звёздный», где смены проводятся вместе с Роскосмосом. А ещё «Орлёнком» назвали лунный корабль, который появится ближе к 2028 году. И кто знает, может быть, сегодняшние наши «орлята» будут участвовать в запуске этого корабля.

СЕКРЕТ «ОРЛЁНКА» ПРОСТ: ОН ЗАКЛЮЧАЕТСЯ
В УВАЖЕНИИ И ЛЮБВИ К ДЕТЯМ.



«Орлята» — просто космос

Кроме космических планов, есть и вполне земные мероприятия. Среди площадок, которые помогают «орлятам» встать на крыло: спортивные залы, игровые комнаты, творческие студии, образовательные пространства. Можно заняться лёгкой атлетикой или футболом, волейболом или баскетболом. А если есть желание, то научиться играть в городки, дартс, фрисби, настольный теннис, освоить сёрфинг. «Орлята» проводят собственные экологические исследования, учатся основам скалолазания и становятся участниками множества увлекательных экскурсий и походов.

Есть в «Орлёнке» и Аллея мастеров, и Дворец культуры и спорта. Море зимой заменяет крытый плавательный бассейн. В межсезонье можно пройти обучение в общеобразовательной школе, которая славится тематическими классами, детскими песнями вместо звонка и отсутствием домашнего задания. Что, кстати сказать, не сказывается на успеваемости учеников.

Традиции. Современные «орлята» хранят традиции доброго отношения к людям и к песне, остались вечерние речёвки, огоньки и, конечно, орлятский круг. Традиция доброго отношения к людям гласит: настоящий орлёнок неравнодушен к окружающему миру, искренне радуется успехам и достижениям друзей, тепло приветствует всех людей и, главное, принимает и уважает право каждого быть таким, каков он есть – по внешности, по талантам и способностям, по характеру, по национальности и так далее. Познакомиться с другими традициями лагеря можно в фильме «Легенды "Орлёнка"».

Особой традицией в «Орлёнке» всегда был и есть творческий подход к любому начинанию. Одна из орлятских заповедей звучит так: «Каждое дело – творчески, иначе зачем?».

Но, наверно, самое главное, что мальчишки и девчонки учатся слушать и слышать друг друга, уважать культуру и традиции разных народов, бережно относиться к окружающей среде, любить свою Родину и делать всё возможное, чтобы мир вокруг становился лучше.

Как попасть. Развенчаем миф о недоступности «Орлёнка». Попасть в ВДЦ бесплатно может каждый ребёнок, если он хорошо учится и ведёт активный образ жизни. Есть два способа. Первый – стать победителем одного из конкурсов, о которых можно узнать на официальном сайте Всероссийского детского центра. Второй – обратиться в органы исполнительной власти своего региона и узнать, какие конкурсы проводят они, принять в них участие и предоставить необходимые для поощрения документы в случае победы. Можно и приобрести путёвку, но это всего 20 процентов от общего числа принимаемых детей.

Центр активно сотрудничает с ведущими педагогическими вузами страны, и сюда ежегодно приезжают сотни студентов, которые перед началом смены проходят обучающий курс, а также повышают свою квалификацию по индивидуальной программе обучения с помощью наставника.



«Орлёнок» хранит свои давние традиции

Среди тех, кто в детском возрасте был пионером «Орлёнка», — министр обороны Сергей Шойгу, космонавт Сергей Волков, президент Международной шахматной федерации Кирсан Илюмжинов, чемпион мира по шахматам Анатолий Карпов и многие другие известные люди.

Рассказал директор ВДЦ «Орлёнок»
Александр Джеус

«СМЕНА»

О ВДЦ. Всероссийский детский центр «Смена» расположен на побережье Чёрного моря, в посёлке Сукко Анапского района и ведёт свою историю с 1985 года. Сегодня «Смена» — это пять детских лагерей. Принимаются дети от 11 до 18 лет.

Профориентация — историческая миссия «Смены». В июне 2023 года открылся «Наставник» — первый в России палаточный лагерь для студентов педагогических колледжей, также действует единственный в России Центр профмастерства «Парк будущего». Это образовательное пространство, в котором дети осваивают 35 профессиональных компетенций: от рабочих (электромонтаж, штукатурные работы) до высокотехнологичных (эксплуатация беспилотников, инженерия космических систем).

«Смена» работает круглый год. Летом ребята приезжают на три недели, а в остальное время года — на две. Такой формат очень удобен: дети не будут долгое время оторваны от учёбы. Вернувшись домой, они быстро наверстывают школьную программу.

В «СМЕНЕ» РЕБЯТ ЖДЁТ УМНЫЙ ОТДЫХ:
ОТ ПРОФОРИЕНТАЦИИ ДО ВСТРЕЧ С ИЗВЕСТНЫМИ
ЛЮДЬМИ.



«Смена» всегда готовит высококлассных профессионалов

Чем заняться. Зимой в образовательных программах больше компонентов «умного отдыха»: мастер-классов, тренингов, профориентационных занятий с приглашёнными экспертами и амбассадорами профессий.

В летнем расписании отводится дополнительное время для морских купаний и занятий спортом на свежем воздухе, чтобы ребята почувствовали себя на каникулах и полноценно отдохнули от учёбы. Зимой двухнедельная смена тоже позволяет детям перезагрузиться и переключиться на новые интересы, ненадолго поменять круг общения, развить в себе новые таланты и навыки.

Дети активно создают и реализуют собственные проекты, учатся ставить цели, работать на результат, анализировать свои успехи и быть ответственными за свой труд. Многие программы нацелены на развитие инженерного мышления, которое входит в топ компетенций современного специалиста.

В «Смене» проводят тестирование на профориентацию, встречи с известными артистами, спортсменами, общественными деятелями, занятия спортом, творчеством, добровольчеством. В этом детском центре дети смогут найти друзей, выучат много песен и увезут самые тёплые

воспоминания об отдыхе, которых хватит на много лет вперёд. Дети в лагере получают навыки успешности. Это прежде всего умение выстраивать коммуникацию со сверстниками и старшим поколением.

Ещё «Смена» массово работает со студентами колледжей и техникумов. Они приезжают на образовательные программы, в том числе в качестве наставников и помогают школьникам осваивать выбранные профессиональные компетенции. С фильмами о тематических сменах можно познакомиться на сайте ВДЦ.

Традиции. В ВДЦ стараются раскрыть не только индивидуальные способности детей, но и присущие каждому гражданско-патриотические качества. Например, любовь, уважение к Родине, ответственность, инициативность, стремление достигать поставленной цели и другие. Каждое открытие новой смены начинается с поднятия государственного флага России. Ребята исполняют гимн нашей страны, несут почётную Вахту памяти у мемориала Героям Советского Союза, выпускникам системы профтехобразования.

Кстати, в 2023 году работа «Смены» была во многом посвящена повышению престижа работы педагога. Школьники из разных регионов нашей страны посещали занятия по развитию универсальных педагогических навыков, познакомились с трудами классиков отечественной педагогики и даже создали интеллект-карту современного педагога.

Новая авторская программа стала основой для проведения в «Смене» всероссийского фестиваля «Педагог России».

В феврале 2023 года делегация «Смены» приняла участие в форуме организаторов детского отдыха и Российского движения детей и молодёжи «Движение первых» в Москве. Сменовцы принимали активное участие в разработке направлений Движения, его традиций, символов, имиджа и определении ключевых событий в регионах и на федеральном уровне.

Как попасть. Чтобы попасть в ВДЦ, нужно пройти конкурсный отбор. На сайте центра есть календарь смен и список образовательных программ — авторских и партнёрских — на ближайший год. Нужно выбрать понравившуюся, изучить положение о конкурсе, выполнить необходимые задания и приложить портфолио. Если попадёте в список победителей, то сможете приехать в «Смену» бесплатно. Кстати, именно таким способом приезжает абсолютное большинство ребят. Ограничений по сменам нет. Регулярно пополняя своё портфолио и вернувшись из «Смены», ребёнок может вновь принять участие в конкурсе. Многие ребята приезжают впервые в 11 лет, знакомятся с профессиями, а в старших классах возвращаются на профильные смены, чтобы перед поступлением вникнуть в практические основы профессии.

*Рассказал директор ВДЦ «Смена»
Игорь Журавлёв*

«ОКЕАН»

О ВДЦ. Всероссийский детский центр «Океан» расположен на берегу моря в пригороде Владивостока в бухте Емар. Лагерь работает круглогодично, смены длятся 21 день. В осенне-зимне-весенний период принимаются дети 5—11 классов, с июня по август – дети с 12 до 17 лет включительно. «Океан» является ключевой площадкой дополнительного образования детей на Дальнем Востоке. В Центре разработано более 60 образовательных программ для технической, туристической, научной, творческой, спортивной и социальной реализации детей.

Центр специализируется на проведении масштабных всероссийских и международных фестивалей и спортивных игр. В 2022 году «Океан» стал площадкой для VII Международных спортивных игр «Дети Азии», в которых участвовали представители 12 стран. Летом 2023 года в Центре впервые прошла Всероссийская парусная регата «Восточный ветер».

Чем заняться. Насыщенная образовательная программа Центра сочетается с большим выбором площадок для отдыха и спорта. В «Океане» представлено множество спортивных пространств, где дети могут заниматься плаванием, борьбой, бегом, футболом, баскетболом и волейболом, воркаутом. На базе ВДЦ проходят слёты самбистов, дзюдоистов, борцов киокунсикай. Территория Центра – лучшая рекреационная зона для школьников на Дальнем Востоке. Прогулки вдоль побережья, купание в Японском море в летний период, песни у костра – всё это доступно каждому участнику смены. Именно поэтому ВДЦ нередко выступает площадкой для отдыха и оздоровления детей, попавших в трудные жизненные ситуации. Летние смены



«Океан» дарит ребятам отличный отдых, новые важные навыки и, конечно, крепкую дружбу

ЖИТЬ ПО-ОКЕАНСКИ НЕ ТОЛЬКО В «ОКЕАНЕ»,
НО И ВСЮ ЖИЗНЬ.

в основном проходят на свежем воздухе: гуляния, народные игры, ярмарки, военно-спортивные игры, строевая и физическая подготовка, парады и т. д. Зимой проводятся занятия в кабинетах, киноконцертном зале, на отрядных местах. Каждая смена объединяет образовательный курс и воспитательную работу. Тут и приобщение ребят к океанскому стилю, и формирование основ безопасного поведения, и развитие творческих компетенций, и формирование социальной ответственности.

Очень важно, чтобы выбор тематики программы ребёнком происходил сознательно. Потому что вся образовательная часть разрабатывающихся в ВДЦ «Океан» программ строится вокруг чётко сформулированной цели и компетенций, которые получают ребята по итогам их прохождения. Таким образом, на смене в рамках обучения по программе ребята смогут проверить, актуализировать и углубить уже имеющиеся у них знания.

Традиции. Уже 40 лет «Океан» передаёт традиции, среди которых доброе отношение к людям, к природе, к песне. Здесь учат жить по-океански не только в «Океане», но и всю жизнь. Лучше всего о традициях можно узнать из интервью с гостями, сотрудниками и выпускниками «Океана», которые опубликованы на сайте ВДЦ в разделе «Океан»: люди и судьбы.

Как попасть. Попасть в «Океан» можно через автоматизированную информационную систему (АИС) «Путёвка». Это система рейтингового распределения путёвок. Благодаря ей, не выходя из дома, можно самостоятельно подать заявку на поездку в Центр. Чтобы поехать в «Океан», нужно предоставить грамоты и сертификаты о достижениях, а система автоматически присвоит каждому документу определённое количество баллов, которые позволят детям участвовать в конкурсном отборе. Попасть в Центр можно не чаще раза в год.

Рассказал директор ВДЦ «Океан»
Наталья Соловей

Записала:
Галина Свечкопалова



Аудиоверсия текста

ХРАНИТЕЛИ ВРЕМЕНИ

СОВРЕМЕННЫЙ ШКОЛЬНЫЙ МУЗЕЙ

КАК И ЗАЧЕМ СОЗДАВАТЬ ШКОЛЬНЫЙ МУЗЕЙ? ДА И ИНТЕРЕСНО ЛИ В НИХ СОВРЕМЕННЫМ ДЕТЯМ? ОДНОЗНАЧНО ДА – СЧИТАЕТ РУКОВОДИТЕЛЬ ДЕТСКОГО ЦЕНТРА МУЗЕЯ ПОБЕДЫ ЕЛЕНА СЛЕСАРЕНКО. С НЕЙ МЫ ОБСУДИЛИ, ЧТО ИНТЕРЕСНОГО ЕСТЬ В КАЖДОЙ СЕМЬЕ И КАК СТАТЬ ОСНОВАТЕЛЕМ МУЗЕЯ В СВОЕЙ ШКОЛЕ ТАК, ЧТОБЫ О НЁМ УЗНАЛА ВСЯ СТРАНА.



Елена Слесаренко,
руководитель Детского центра Музея Победы

Зачем детям школьный музей?

Есть много «зачем». Но пожалуй, самое главное – для того, чтобы дети знали историю. Кто-то прочувствует и осознает её через письмо, кто-то через песню, кто-то через рассказ учителя или родителей, бабушек и дедушек, кто-то стал интересоваться историей после того, как принял участие в мероприятии. Важно, чтобы любое такое событие несло правильную смысловую нагрузку. Участвуя в работе школьного музея, ребёнок искренне начинает ценить то, что сделали для нас предыдущие поколения, дружбу, семейные традиции. Ведь узнавать историю страны начинают, в том числе и со школьного музея.

Многие старшеклассники делают музейные, краеведческие, исследовательские проекты, средняя и начальная школа активно проводят классные часы, «Разговоры о важном» на базе школьных музеев, очень часто в них принимают участие мамы и папы, бабушки и дедушки. Да и вообще, историческая память – это один из главных вопросов наших национальных интересов.

Как родилась идея программы «Школьный музей Победы»?

Идея родилась в 2019 году, в канун празднования 75-летия Победы в Великой Отечественной войне. Нас поддержали Министерство просвещения России, Министерство культуры, Российское историческое общество, Российское военно-историческое общество, многие общественные организации. Старт программе давали Ветераны Великой Отечественной войны.

Сегодня у Музея Победы уже целая сеть партнёров, это более 1500 школьных музеев на всей территории России, а также республики Беларусь, которые вовлечены в единое информационное пространство и вместе сохраняют и изучают историю. За 5 лет работы к нам присоединились тысячи педагогов и их учеников, удалось выстроить правильное взаимодействие с образовательными организациями, педагогическим, родительским, ветеранским сообществами. Но главное – мы смогли досту-



Старые фотографии хранят уникальные истории



Наградные документы – тоже музейные экспонаты

чаться до сердец ребят, увлечь их данной темой, сделать нашу совместную работу по сохранению историй подвигов, героев их семей, районов, городов более интересной и увлекательной. Мы открыли специальный зал и дали уникальную возможность каждой школе представить свою экспозицию, рассказать свою историю на площадке крупнейшего военно-исторического музея страны – Музея Победы.

Мы активно поддерживаем педагогов, профессиональные сообщества, людей, которые действительно вносят свой неоценимый вклад в наше общее дело сохранения исторической памяти и воспитания подрастающего поколения.

Но ведь Россия большая, не каждый сможет доехать до Музея Победы.

Конечно, не каждый, но Музей Победы должен доехать до каждого. В частности, мы создали календарь новых возможностей для школьных музеев, в нём указаны мероприятия, в которых можно принять участие ребятам вместе с родителями, не приезжая в Москву.

В начале каждого учебного года мы направляем календарь всем нашим коллегам, которые с удовольствием используют его для обновления содержания воспитательной работы. Наши специалисты ежедневно ведут поиск новых форм, симулирующих внешкольные занятия и дополнительное образование.

Ежегодно совместно с Министерством просвещения России мы организовываем конкурсы в рамках реализации федерального проекта «Патриотическое воспитание



Современные молодые люди помнят и ценят подвиги советских воинов

граждан Российской Федерации» национального проекта «Образование». В 2023 году мы приурочили всероссийский конкурс «Школьный музей: взгляд в будущее» к году педагога и наставника, ведь именно педагоги руководят школьными музеями, самоотверженно ведут эту главную работу для сохранения истории страны. В результате конкурса было инициировано более 500 мероприятий практически во всех субъектах Российской Федерации, а участвовали в них более 25 тысяч школьников и педагогов.

Сегодня школьные музеи преобразуются, мы видим, как они становятся пространством для создания культурных инициатив, местом рождения новых исторических проектов и притяжения школьников. Важно, что именно в школьных музеях сегодня увековечивают героев специальной военной операции.

Самое главное, что мы объединяем людей, неравнодушных к судьбе своей страны. Мы считаем, что культура и образование, как никогда, должны соединиться в деле воспитания подрастающего поколения, и на примере программы мы видим, что это происходит очень эффективно.

Как стать участником программы?

Участником программы может быть любая школа. Надо заполнить заявку на сайте Музея Победы (schoolvictorymuseum.ru), и экспертная комиссия примет решение о включении. Очень важно, чтобы это было не формально, не «для галочки». В основном, конечно, все участники программы очень «горят» своим делом – они активны, предлагают много проектов, сами их ведут и вообще – большие молодцы!

С какими неожиданными трудностями вы столкнулись?

Мы столкнулись с тем, что современным детям надо рассказывать о героях войны, о которых мы, поколение, рождённое ещё в Советском Союзе, знали чуть ли не с рождения. Допустим, почему именем какого-то героя названа та или иная школа, кто эти люди, чем известны. Да, школы часто рассказывают детям это в рамках учебного процесса, но сейчас у них есть возможность всю эту уникальную информацию загрузить на наш сайт (schoolvictorymuseum.ru) и отправить в общий доступ. Это очень важно и интересно – знать о великом подвиге людей, спасших мир от фашизма. Ведь не обо всех героях написано много книг или сняты фильмы. У нас есть материалы, посвящённые пехоте, флоту, медикам, науке. О том, как работали школы в годы Великой Отечественной войны, о подвигах учителей. Это достаточно кропотливая работа, связанная с формированием ценностно-мировоззренческих установок, чётким знанием и пониманием своей истории, роли и места страны в мире, осознанием её достижений и национальных интересов.

Вместе с ребятами из разных уголков нашей страны мы рассказываем, как удалось нашему народу справиться с трудностями, во имя чего они это делали, и показываем эти примеры.

В эти дни проходит экспозиция, посвящённая московскому народному ополчению. Ведь об этом факте – московском народном ополчении – мало знают в Якутии или во Владивостоке, а детям интересно – и это очень важно.

Важно понимать, зачем и почему в День памяти и скорби люди массово возлагают цветы к памятникам павшим во время войны, принимают участие в общественных мероприятиях.

За годы работы программы сотни педагогов и школьников смогли открыть несправедливо забытые страницы о героических подвигах простых людей и генералов, подвигах на фронте и в тылу и многие другие важные факты.

Каков возраст участников проекта?

В основном – школьники с первого по одиннадцатый класс. Но очень часто нам пишут письма с обращением о включении в программу и дошкольники, студенты колледжей и техникумов, высших учебных заведений. Разве можно им отказать? Мы с удовольствием с ними работаем. Малыши говорят: «Пожалуйста, не смотрите на то, что нам ещё нет шести лет, мы хотим с вами. Мы рисуем рисунки, мы поём песни, мы делаем поделки». Во многих детских садах есть уголки, где собраны экспонаты, проводятся мини-экскурсии. И таких детских садов много в разных точках России – это и Москва, и Новосибирск, и Ростов-на-Дону, и многие другие. Мы всегда всем рады.



Летом на площадке Музея Победы свои выставки презентуют студенты.

Что же касается возраста, то самым юным участникам программы по четыре–пять лет, в самому взрослому участнику – Марии Михайловне Рохлиной – 99 лет. Эта героическая женщина, ветеран Великой Отечественной войны, до сих пор приезжает к нам на мероприятия, запускает все-российские акции и флешмобы. Программа «Школьный Музей Победы» – то самое открытое пространство, которое объединяет разные поколения.

С чего начать создавать школьный музей?

Я уверена, что школьные музеи – это взгляд в будущее, который должен начинаться с порога школы. Всё начинается с желания. Поэтому первое, с чего надо начать, – это решение. И даже не нужно отдельного помещения, чтобы устроить музей.

Например, в рекреации школы можно установить несколько недорогих витрин, повесить несколько стендов. Это несложно сделать. Мы же понимаем, что фотография ветерана – вашего прадедушки или прабабушки – не требует денег и суперсовременных технологий. Она требует только одного, чтобы просто она была. И когда ребёнок ходит каждый день мимо этой фотографии, смотрит на неё, то она воспитывает без вашего участия.

На тему материального обеспечения. Сейчас очень много возможностей получить грант, в том числе на развитие музея. Но мало написать, важно вложить грамотное содержание.



Никто не забыт, ничто не забыто



Экспонаты школьного музея

В Вашей школе был музей?

Я училась в гимназии 10 города Волгограда. У нас был музей и мы всегда к памятным датам готовили мероприятия. Причём делали это очень тщательно: использовали письма, личные вещи бойцов, фотографии, создавали сценарии, основанные на реальных артефактах, изучали судьбы героев. Этот опыт даже через годы переосмысливается.

Любое мероприятие должно воспитывать активных граждан, которые будут чувствовать свою ответственность за будущее и судьбу страны, идейных и активных ребят, которые хотят приносить пользу обществу и государству.

Надо не бояться говорить с детьми, поддерживать их интерес, слышать их запросы и пожелания. Только так мы сможем вырастить достойных и справедливых людей, патриотов и защитников Родины.

Сегодня мы видим битву за умы подрастающего поколения и считаем, что именно школьные музеи и активная работа по изучению истории страны могут дать тот самый фундамент в понимании смыслов.

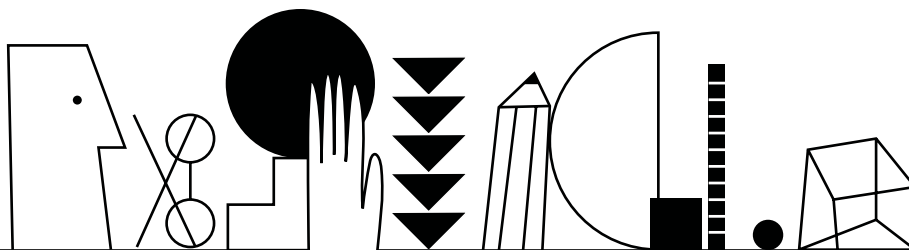
Считаем, что сохранение школьных музеев – дело государственной важности. Музеи, объединённые в единую сеть, дают потрясающий результат, вооружают светлыми идеями, вместе делают доступной историческую правду для будущих поколений.

Беседовала:

Елена Кузнецова



Аудиоверсия текста



С ЧЕГО НАЧИНАЕТСЯ РОДИНА?

У КАЖДОГО ИЗ НАС – ВЗРОСЛЫХ – НЕ ВОЗНИКАЕТ СОМНЕНИЙ В ВАЖНОСТИ ПАТРИОТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ. ЭТО КАК СПРОСИТЬ: «ЗАЧЕМ ЛЮБИТЬ МАТЬ И ОТЦА?». ОДНАКО, КОГДА МЫ НАЧИНАЕМ ЗАДУМЫВАТЬСЯ, С ЧЕГО ЖЕ НАЧАТЬ ВОСПИТЫВАТЬ ЭТОТ ПАТРИОТИЗМ, ВОЗНИКАЕТ МНОГО ВОПРОСОВ. ЧТО ТАКОЕ «ПАТРИОТИЗМ»? НЕ ЧТО ИНОЕ КАК ЛЮБОВЬ К РОДИНЕ, СТРЕМЛЕНИЕ К СОХРАНЕНИЮ И ЗАЩИТЕ ТОГО, ЧТО ТЕБЕ БЛИЗКО И ДОРОГО. О ТОМ, КАК ПРИВИТЬ РЕБЕНКУ ЛЮБОВЬ К СВОЕЙ СТРАНЕ И О ДРУГИХ ВАЖНЫХ ВЕЩАХ МЫ РЕШИЛИ ПОГОВОРИТЬ С БЛОГЕРОМ И УЧИТЕЛЕМ ИСТОРИИ ВЯЧЕСЛАВОМ КРУТИХИНЫМ.



Вячеслав Крутихин,
учитель истории и обществознания школы
«Наукоград» МФЮА, создатель историко-
культурного музея «Шаг», блогер, член
экспертного совета учителей-блогеров
Минпросвещения России

У Вас стаж работы больше 20 лет и Вы историк, так что такое патриотизм? Зачем он вообще нужен?

Помните песню «С чего начинается Родина»? Так вот, что такое Родина? Это свой дом, квартира, село, улица, где ты родился? Или вся Россия? Патриотизм – это про любовь к Родине. Это про чувства, про эмоции. Патриотизм – это любить свою страну, знать её историю, традиции, уважать народы и каждого человека в отдельности. Результатом этого и будет патриотизм.

Начнём с того, что понятия воспитания и патриотизма нельзя разделять, ведь патриотизм – составная часть воспитания. Патриотизм начинается с семьи. Многие дети не знают, почему его или её так назвали, что обозначает его или её имя, какие есть традиции и ценности в семье. С этих деталей начинается становление любви к Родине, к дому, к Отечеству.

Как говорить с ребёнком о патриотизме?

Ребёнок очень чувствителен. И когда ему говорят: «Сядь, сейчас будем заниматься патриотизмом» – всё! Он включает сопротивление. Это резкий антагонизм. И если сказать в лоб: «Давай поговорим о патриотизме», то ребёнок, конечно же, будет протестовать. Тут нужно быть тактичным. Родители должны помнить себя в том возрасте, в котором находится их ребёнок, свои внутренние детские ощущения. И самое главное, помнить о том, что любые назидательные разговоры родителей вызывают внутренний протест у ребёнка.

Когда нет примера родителей, а есть только его слова, то получается, что мы хотим ускорить рост дерева и тянем его за ветки, за макушку. А ребёнок – он сложнее, чем дерево. Ему нужно

всё объяснять, рассказывать, быть в постоянном диалоге, и конечно же, своим примером показывать то, чего мы хотим получить от ребёнка.

С другой стороны, есть гражданственность. Это уже немного другая история. Я уверен, что именно гражданственность и надо развивать в детях в рамках школы или дошкольных учреждений. Это тот самый минимум, которому может научить государство. Уважать людей и их культуры, соблюдать законы. Учить тому, что ребёнок живёт не сам по себе, он живёт в обществе, в стране, у которой богатая история. Да, история разная. Есть в ней разные страницы. Но она такая, какая есть. Результатом этого и будет патриотизм. А гражданственность – она заложена в таком предмете, который называется «обществознание».

Но ведь объяснить «богатую историю» можно по-разному...

Это так, но современному ребёнку нельзя врать. Категорически. Конечно, любому ребёнку нельзя врать, но современные дети живут в цифровой эпохе, они вооружены множеством гаджетов, благодаря которым с лёгкостью можно найти ответы на свои вопросы. И эти ответы могут быть разными. Тут родителям придётся объяснить детям, что есть разные взгляды на то или иное событие. Или же признать, что они сами чего-то не знали. Опять же, только вместе с родителями, только сообща, мы сможем воспитать детей патриотами.

«ИСТОРИЯ – ЭТО НЕ ТОЛЬКО ЖИЗНЬ ВЫДАЮЩИХСЯ ЛЮДЕЙ, О КОТОРЫХ ПИШУТ В УЧЕБНИКАХ. ИСТОРИЮ ДЕЛАЮТ ОБЫЧНЫЕ ЛЮДИ, О КОТОРЫХ НЕТ НИ СЛОВА В КНИЖКАХ».



Тряпичная кукла, пережившая блокаду Ленинграда, и хлебная карточка 1942 года

Как это можно сделать дома?

Очень много интересного есть практически в каждом доме – на антресолях, на балконе, в кладовке – да мало ли где. Мы с детьми даже создали музей. Ребята, да и я тоже, находили что-то в гаражах, сараях. Вот, например, у нас есть тряпичная кукла 1942 года. Она приехала к нам из Санкт-Петербурга. То есть, кукла, которая была сделана руками заботливой мамы или старшей сестры для девочки. А дело было в ужасное время блокады Ленинграда... Вот вам и тема для разговора.

Можно попросить ребёнка пофантазировать, как жила эта девочка, кто были её родители, как сложилась её жизнь. Вообще, чтобы тебя ребёнок слышал, надо с ним разговаривать. И не учить, не быть назидательным, а говорить так, чтобы ребёнку было интересно отвечать, чтобы это был диалог.

Как объяснять ребёнку события современной истории?

Тема непростая, здесь важна работа взрослого, он с самого начала объясняет ребёнку, что такое хорошо, что такое плохо и почему, а затем идёт с ним дальше и дальше.

Есть такой предмет в начальной школе «Основы религиозной культуры и светской этики», где мы говорим о том, что Россия – это многонациональная страна, в которой проживает много народов и народностей. Я считаю, что замечательная идея возникла у нашего Министерства просвещения о том, что этот курс нужно продлить до 9 класса. Только с 5 класса он будет называться «Основы духовно-нравственной культуры народов России». Именно в рамках этих занятий мы говорим о том, что неважно кто ты – буддист, православный, мусульманин – есть ценности, которые одинаково важны для любой культуры, любого народа.

И ребёнок понимает, что в истории любой страны, абсолютно любого государства, есть моменты, которые не могут быть поводами для гордости, а есть те, которыми нужно и можно гордиться. Опять же, все эти вещи очень непростые и должны быть понятны ребёнку в том или ином его возрасте.

Да и вообще... История – это не только и не столько жизнь выдающихся людей, о которых пишут в учебниках. Историю делают люди. Те самые, о которых нет ни слова в книжках. Это обычные люди, которые живут здесь и сейчас. У нас в музее как раз и собрана коллекция таких вот обычных вещей, обычных людей. Но именно через них можно проследить развитие истории. Это повседневная, обыденная жизнь. Но именно из их поступков, их действий и складывается история.

Великая история начинается с малого...

Именно так, с малого, с истории семьи. Почему мама или папа, а может быть и оба, хранят какие-то игрушки



В старых письмах история оживает



Дети школы «Наукоград» МФЮА с удовольствием изучают историю по предметам быта разных времён и народов

или вещи, которые уже не модные? Чем они ценны? Знаете, многие экспонаты нашего музея ребята не просто сами принесли, но и узнали, что это за вещь и как ею пользовались. И всё, что есть в нашем музее, ориентировано на то, чтобы вызвать интерес к жизни. К жизни простого, обычного человека. Она тоже безумно интересна. Просто так сложились обстоятельства, которые зачастую не зависят от человека. Ведь большинство творит историю здесь и сейчас.

Как рассказать ребёнку о войне, не причинив вреда детской психике?

Что касается войн – это страшная трагедия. Вот, допустим, о Великой Отечественной войне сейчас говорят много и часто. И это правильно. Ценой неизмеримого мужества и огромных жертв советские солдаты спасли человечество от нацизма. Наши бабушки и дедушки доказали, что нет ничего крепче, мощнее и надежнее нашего единства. Нет в мире ничего сильнее любви к Родине. Надо помнить подобные события, чтобы они не повторялись впредь. Да, нужно говорить про потери. Да, это трагично, но мы получаем серьёзный исторический урок.

Но как говорить? Ребёнок же впечатлительный?

Это... как дом. Не со стен его строить начинают, а с фундамента. Ребёнку надо объяснить, что такое хорошо, что такое плохо, что такое мораль. Это сложно, но детям это интересно. Ничего не заменит разговора с ребёнком. Я с самого начала пришёл в начальную школу с готовыми решениями. «Ребята, посмотрите, вот то-то и то-то. Вот это для этого и для этого». Нет, так не работает. Перестроил на другой формат: «Ребята, давайте мы сейчас закроем глаза и пофантазируем. А что это? Для чего это?» И в этом совместном поиске мы и находим решения.

Когда мы говорим о любой войне, мы должны понимать возрастные особенности. Сейчас, слава Богу, есть книги, которые можно почитать родителям про возрастную психологию. С дошкольником или младшим школьником непросто говорить о войне, о смерти, о боли. Но в начальной школе или в старших группах детского сада ребёнок может представить, в каких условиях жили люди, если показать детям старые игрушки или старые фото. Задать ребёнку вопросы. Пусть он подумает, как, на его взгляд, жили люди во время войны, о чём думали, что носили, как друг к другу относились, и почему им было гораздо некомфортнее, чем ему сейчас. Чуть позже можно объяснить ребёнку, что жизнь – это не сплошной праздник, что есть и другая сторона, есть и беды.



Многие экспонаты музея – это вещи, которые принесли ученики

Меня в этой связи волнует ещё вот что: почему сейчас отношение к Победе 1945 года меняется. А не хотелось бы. Люди забывают о том, что мир нам достался ценой миллионов жизней, ценой огромной трагедии. Важно, чтобы это помнили. И что День Победы не «прикольная движуха», а война это не пошёл, пострелял и вернулся домой чистенький, здоровый и весёлый. В этом есть неуважение к истории. И забывать о Великой Отечественной войне, которая длилась четыре года, долгих 1418 дней, никак нельзя.

Бывает, что внуки или правнуки очень слабо представляют ценность боевых наград. Чтобы этого избежать, нужно разговаривать с ребёнком. Рассказать про то, что делал прадед на войне, какой ценой достался этот орден или медаль. Посмотреть и прочитать письма, рассматривать фотографии. Всё начинается с мелочей. У меня есть масса историй на эту тему. Вот, например, однажды я оставил на краю стола наградные документы неизвестного мне человека. Дети стали интересоваться, кто это, что это. И так, вместе с ними, мы нашли это-

го человека, узнали его историю. Ребята потом сами начали изучать историю своей семьи. И многие экспонаты, которые есть в нашем музее, – это вещи, которые принесли дети. Они с удовольствием этим занимаются. Им интересно.

И как сделать так, чтобы ребёнку было интересно «возиться в пыли истории»?

Здесь всё просто. Ребёнок берёт вещь, задаёт вопрос. И в этот момент не надо прикрываться, что нет времени, что ты занят, а отвечать. Надо ловить момент и разговаривать с ребёнком.

Многим взрослым проще отмахнуться. И если мама или папа не ответят на его вопрос, то ребёнок полезет искать ответы в интернете. А там далеко не все источники правдивы. Да к тому же, у той или иной ситуации или события может быть несколько трактовок и точек зрения.

Как ребёнку понять, что есть что? И вот тут без взрослых никак нельзя. Да, мы ограничены школой. Но можно же предложить дополнительные занятия. Можно совместно устроить, например, такие музеи. Вот сейчас в школе «Наукоград» МФЮА мы запускаем проекты с учителями физики, химии. Это, конечно, выходит за рамки школы. Но ребёнок большую часть информации получает именно в семье.

Разные ли дети в зависимости от региона?

Дети везде одинаковые. Взрослые – разные. Многие из них не могут построить отношения не только друг с другом, но и с детьми. Они не хотят учиться вместе с ними. Они всё и так знают и знают, как надо и как правильно. Многие считают, что материальная составляющая – это главное, и что ребенок это будет помнить. Но опыт говорит о том, что духовная составляющая важнее. Общение с родителями необходимо для ребёнка. Я понимаю, что сейчас такое время, что нужно зарабатывать деньги, общаться с ребёнком некогда, да и сил зачастую не хватает, но если не разговаривать с детьми, не объяснять им малого, то как они поймут ценность любви к Родине, любви к ближнему?

Беседовала:
Елена Кузнецова



Аудиоверсия текста

БАБУШКА ЗНАЕТ: ПОЧЕМУ СТАРШЕЕ ПОКОЛЕНИЕ НЕЗАМЕНИМО В ВОСПИТАНИИ

МАМЫ И ПАПЫ, ДА И САМИ БАБУШКИ И ДЕДУШКИ ДАЛЕКО НЕ ВСЕГДА ПОНИМАЮТ, НАСКОЛЬКО ВЕЛИК ИХ ВКЛАД В ВОСПИТАНИЕ ВНУКОВ. БАБУШКИ И ДЕДУШКИ БЕРЕЖНО ХРАНЯТ СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ, ИХ СВОЕВРЕМЕННЫЕ МУДРЫЕ СОВЕТЫ ЗАПОМИНАЮТСЯ НА ВСЮ ЖИЗНЬ, А ВРЕМЯ, ПРОВЕДЁННОЕ С НИМИ, БЕСЦЕННО. ВОТ ПОЧЕМУ СЕГОДНЯ ХОТЕЛОСЬ БЫ ПОГОВОРИТЬ О ТЕХ ВАЖНЫХ РОЛЯХ, КОТОРЫЕ БАБУШКИ И ДЕДУШКИ МОГУТ ИГРАТЬ В ПРОЦЕССЕ РАЗВИТИЯ И ВОСПИТАНИЯ ВНУКОВ.



НЕОЦЕНИМЫЙ ВКЛАД В ВОСПИТАНИЕ

Считается, что если родители воспитывают ребёнка, то бабушки и дедушки просто любят. Но у них своя, особая роль в жизни детей. Чем же полезно общение с бабушками и дедушками? Для многих взрослых бабушки были неотъемлемой частью жизни. В детстве многие родители проводили с ними много времени, учились полезным навыкам, узнавали о семейных традициях. Сейчас социальные роли немного изменились, бабушки, как правило, живут отдельно от молодых семей. Они имеют свои личные нереализованные мечты и планы и часто не берут на себя новый груз обязательств, а просто хотят наслаждаться жизнью. Несмотря на это, ещё остались те бабушки, которые в любой момент готовы помочь молодым родителям.

Многие бабушки и дедушки с удовольствием играют с внуками, часами возят машинки из угла в угол, переодевают кукол с утра до ночи, готовят и «едят» кашу из песка, разложенную на листочках с деревьев, читают ребёнку в 325-й раз «Теремок». У родителей же на такие подвиги обычно нет ни времени, ни желания.

СЕМЕЙНЫЕ ЦЕННОСТИ

Присутствие в жизни бабушек и дедушек помогает детям определить своё место в социуме, в семейной системе, научиться взаимодействию между поколениями, уважительному отношению к людям более старшего возраста.

Бабушки и дедушки помнят то, что не помнят родители, они застали удивительное время, когда мама и папа были маленькими, и могут рассказать об этом тысячи историй! Они знают, какой была жизнь без компьютеров, телевизоров и телефонов, и легко ориентируются в сложных семейных связях: кто кому брат, шурин или свекровь, помогая детям найти своё место на генеалогическом древе. Благодаря этому ребёнок может почувствовать, что в этой жизни он опирается на прочные семейные корни, что он — одна из закономерных и важных частей этого дерева, и вся его будущая семья, его собственные дети смогут расположиться на устойчивых ветвях и почувствовать поддержку рода.

Сами бабушки и дедушки, включённые хотя бы частично в заботу о внуках, по статистике, живут дольше, как будто вписанность в семейное дерево даёт им больше сил, чувство важности и нужности на этой земле. Для гармоничного развития ребёнка важно иметь возможность опираться не только на родителей, но и на бабушек и дедушек. И пусть и у тех, и у других всегда хватает мудрости справиться с неизбежными конфликтами в процессе взаимодействия и уважать друг друга.

Бабушки и дедушки не только готовы дольше играть, но и делают это по-другому. Так как они меньше озабочены расстановкой границ и правил, то в играх и семейных ситуациях они чаще поддаются, давая ребёнку возможность почувствовать вкус победы. Соглашаясь на проигрыш, бабушки и дедушки показывают, как спокойно и достойно можно переносить жизненные неудачи. То, чему сознательно хотят научить детей родители, — уметь не только выигрывать, но и проигрывать, легко «считывается с руки» прародителей.

Бабушки и дедушки гораздо легче переносят и то, что внуки в игре иногда нарушают правила, мухлюют. Как ни странно, но мухлевать — это тоже полезный навык. Не всегда нужно быть суперхорошим, бывает, что идеальное соблюдение всех правил противоречит нашим интересам. А ведь навык поиска других вариантов достижения цели в жизни может очень пригодиться! У родителей другая задача — им нужно научить ребёнка сражаться и побеждать в честной борьбе, формируя у него позитивные человеческие качества и ценности.



ЛУЧШИЕ НАСТАВНИКИ

Обычно у бабушек больше времени на внуков, поэтому они с удовольствием занимаются с ними уроками, беседуют на темы, которые интересны детям, готовят вкусную и полезную еду. А ещё рассказывают о своём детстве, о том, как отмечали праздники, какие любили игры. Показывают свои фотографии, рассказывают о книгах, которые их в детстве поразили или вдохновили. Рассказы о прошлом помогают ребёнку развить интерес и бережное отношение к истории своей семьи. Вместе с бабушкой дети могут нарисовать генеалогическое древо, потому как она легко ориентируется в сложных семейных связях. При помощи древа ребёнок визуально увидит развитие его рода, узнает о традициях своей семьи.

Бабушки могут с радостью научить печь пирожки и блины, варить кашу, наводить порядок в доме, а особые мастерицы могут показать внукам, как нужно шить, вышивать и вязать. А главное — они смогут рассказать о своём жизненном опыте и поделиться житейской мудростью.

ПОМОЩНИКИ В УЧЁБЕ

У бабушек, особенно педагогов в прошлом, более сильно развиты навыки воспитателя. Они учат детей сочувствовать, сострадать другим людям или животным, бережно относиться к природе. Объясняют, почему не нужно принимать быстрых и необдуманных решений, а лучше действовать спокойно и рассудительно.

А ещё бабушки и дедушки дают ребёнку первый опыт обращения с финансами и учат младшее поколение не тратить деньги впустую. Жить экономно в современном мире — бесценный навык. Бабушки и дедушки могут научить своих внуков и внучек не тратить деньги на ненужные вещи, а пользоваться тем, что уже есть.

А ещё бабушки и дедушки прощают детям мелкие проказы, умеют хвалить, а небольшая похвала всегда полезна малышу. Почему? Так у детей вырабатывается навык принятия бескорыстной любви, которую не нужно заслуживать. Кроме этого, при взаимодействии с бабушкой и дедушкой у ребёнка формируется понимание того, что везде существуют разные социальные роли и формы поведения. В семье он себя может вести одним образом, в детском саду или школе — иначе, а с бабушкой и дедушкой совсем по-другому. Уважительное отношение родителей к ним может стать для ребёнка образцом поведения.

Бабушки и дедушки помогают детям лучше понять себя, начать отличать плохое от хорошего, закладывают основу доброты и чуткости к другим людям. Единственное, то, что они не должны забывать, что в воспитании ребёнка главные — родители.



А теперь хочется ответить на самые частые вопросы, которые задают родители.

Как быть, если бабушки и дедушки отказываются признавать авторитет родителей и делают все по-своему?

Мама и папа — самые главные люди в жизни ребёнка, они несут за него ответственность, задают систему воспитания, выстраивают границы, думают про образование. Бабушки и дедушки уже вырастили своих детей, реализовались как родители, теперь у них есть возможность дать такой шанс своим детям — пусть они побудут взрослыми, столкнутся со своими сложностями, даже наделают ошибок, но своих. Важно, чтобы бабушки и дедушки признавали авторитет родителей детей, то есть согласились с тем, что дети, которых они вырастили, теперь умные и взрослые, а для некоторых это очень и очень непросто.

Чтобы дети чувствовали себя уверенно в этом мире, родители должны восприниматься ребёнком как сильные фигуры, на которые можно опереться. Бабушкам и дедушкам нет необходимости выстраивать границы: пусть этим занимаются мамы и папы. Они могут смело баловать и давать внукам то, что, возможно, не получилось дать собственным детям, так как приходилось много работать, заниматься домашним хозяйством, выживать: эмоциональное тепло, нежность, совместные игры.

А зачем же детей баловать? Нужно учить их работать, подчиняться правилам, давать подарки, только если они их заработали, ведь так устроена жизнь! Важно, чтобы ребёнок это сразу понял: «Без труда не выловишь и рыбку из пруда». Это, конечно, тоже правда. Но когда в жизни случается что-то хорошее, когда тебе делают что-то просто так, от любви, многие ли готовы легко принять это? Искренне порадоваться не тому, что избежал удара судьбы, а тому, что мир и любимые люди дарят вам подарки?

Принимать бескорыстную любовь — это тоже важный навык, который далеко не у всех есть. Он показывает, что мир может быть приятным и безопасным местом, ему можно доверять. Это сильно снижает тревогу детей при освоении мира и выходе в социальную среду.

Как принять разницу в подходах в воспитании дома и у бабушки с дедушкой?

А как их после бабушки-дедушки назад собирать, спрашивают родители? Как? Сложно. Но только поначалу. Довольно быстро дети учатся, что с родителями и бабушками-дедушками можно и нужно вести себя по-разному. Задача родителей на это указывать: «Дома так не делаем, это у бабушки так можно». Заодно мы показываем детям, что в разных социальных условиях существуют разные правила. Мы учим их, что поведение может отличаться при общении с разными людьми. В детском саду так, но дома по-другому. Да, в школе так положено, но у бабушки свои правила. Мы играем много разных социальных ролей в обществе, вот почему важно иметь навык переключения и соответствия принятым в обществе нормам.

Как справляться с разногласиями и конфликтами с бабушками и дедушками в воспитании ребёнка?

Проговорите с бабушками и дедушками, какой именно помощи вы ждёте от них, в мягкой форме обозначьте, что вы считаете приемлемым, что можно и что нельзя делать в воспитании ребёнка, с вниманием отнеситесь к точке зрения бабушки и дедушки по этому вопросу.

Не ставьте перед бабушками и дедушками требований, касающихся особенностей воспитания детей, — обратитесь к ним за советом. Это даст им возможность поделиться опытом и, возможно, смягчить свою точку зрения на воспитание и принять вашу.

Обосновывайте свою точку зрения на воспитание — делитесь информацией, на которую опираетесь в вопросах воспитания, — авторитетный источник информации может быть для ваших родителей более убедительным, чем их сын или дочь, которые в их представлении часто остаются детьми, несмотря на их возраст.

При возникновении конфликта между внуком и бабушкой или дедушкой иногда лучше не проявлять заинтересованность и не вставать на ту или иную сторону — дайте возможность им самим решить свои споры. Этим вы можете их подтолкнуть к развитию навыков взаимодействия и не обидеть ни одну из сторон.

Чаще советуйтесь с бабушками или дедушками по различным вопросам воспитания ребёнка, даже если ребёнок находится с вами, — ваши родители будут чувствовать себя более вовлечёнными в процесс воспитания, и у них будет меньше оснований оспаривать ваши методы и подходы.

Если вы будете придерживаться этих простых советов, то приобретёте надёжных и опытных союзников в воспитании вашего ребёнка.



Как сделать бабушек и дедушек союзниками в воспитании ребёнка?

Часто бабушка или дедушка, а иногда и оба сразу, считают методы и подходы родителей к воспитанию ребенка неверными. Взрослое поколение считает, что молодые слишком «распустили» ребёнка, не проявляют строгости, боятся «шлёпнуть» ребёнка, а вместо требования слушаться старших постоянно с ними разговаривают и доказывают необходимость своих просьб. Или же, наоборот, бабушки и дедушки позволяют ребёнку абсолютно всё, прощают все шалости, закармливают конфетами и задаривают игрушками, потакают всем его прихотям и желаниям.

Часто родители задумываются: а не нужно ли ограничить время, которое ребёнок проводит с бабушкой и дедушкой? Не нужно. И мы вам откроем секрет почему: в первую очередь, бабушки и дедушки — это основной источник информации для ребёнка об истории, ценностях и традициях семьи, о том семейном круге дальних родственников, с которыми ребёнок не контактирует или контактирует редко. Именно через прародителей ребёнок может почувствовать себя значимой и ценной частью своей семьи и её истории.

Время, проводимое ребёнком с бабушкой и дедушкой (будь то часовая прогулка по парку или «командировка» ребёнка на все выходные), — это снятие физического и эмоционального напряжения с родителей, возможность уделить больше внимания себе, возможность соскучиться друг по другу родителям и ребёнку.

Большую часть контактов со взрослыми у ребёнка составляют контакты с родителями или педагогами/воспитателями. Именно у них он произвольно или непроизвольно перенимает ценности, манеры поведения и общения, интересы и т. д. Общение с бабушкой и дедушкой — это возможность для ребёнка расширить круг интересов и улучшить разнообразные практические навыки и навыки общения со взрослыми. Кроме того, это возможность для ребёнка самому стать «учителем» — научить бабушку или дедушку тому, в чём они не особо компетентны — современным технологиям, гаджетам и т. д.

Время, проводимое с внуками, помогает пожилым людям поддерживать значимые социальные контакты и наполнять свою жизнь новым смыслом, что, в свою очередь, благоприятно сказывается как на их эмоциональном, психологическом, так и на физическом здоровье.

Даже сами слова «бабушка» и «дедушка» в русском языке включают уменьшительно-ласкательный суффикс, указывая на специальную роль: мудрых людей, дарящих нежность, ласку и заботу, но проявлять эти чувства нужно и по отношению к ним. Понятно, что все бабушки и дедушки разные: в современном мире

многие из них всё чаще становятся «передержкой» или «камерой хранения детей», спешащей на подмену маме или папе, когда тем надо бежать на работу или хочется сходить в кино. А есть и те, кто считает, что своих детей они уже воспитали, и теперь у них есть шанс пожить для себя, так что видятся с внуками они лишь на больших семейных мероприятиях. Но во всех ситуациях общение со старшим поколением может стать для ребёнка большим ресурсом для его развития, важной вехой формирования его личности. Родителям важно это понимать и грамотно выстраивать общение и отношения ребёнка с бабушками и дедушками.



ДЛЯ РЕБЯТ, У КОТОРЫХ НЕТ БАБУШЕК И ДЕДУШЕК ИЛИ ОНИ ОКАЗАЛИСЬ СЛИШКОМ ДАЛЕКО, И ДЛЯ БАБУШЕК И ДЕДУШЕК, ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ОБЩЕНИЯ С ВНУКАМИ, ПРИ УЧАСТИИ СОТРУДНИКОВ «ИНСТИТУТА ВОСПИТАНИЯ» БЫЛ ПРИДУМАН И РЕАЛИЗОВАН ИНТЕРЕСНЫЙ СОЦИАЛЬНЫЙ ПРОЕКТ «ДЕДСАД», КОТОРЫЙ БЫЛ ПОКАЗАН НА КАНАЛЕ НТВ ([HTTPS://WWW.NTV.RU/PEREDACHA/DEDSAD/](https://www.ntv.ru/peredacha/dedsad/)).

Автор текста:
Анна Бояринцева



Аудиоверсия текста

СО СТИХАМИ ЦЕЛЫЙ ДЕНЬ

АНАСТАСИЯ ОРЛОВА – РОССИЙСКАЯ ДЕТСКАЯ ПОЭТЕССА, ПИСАТЕЛЬНИЦА, ПЕРЕВОДЧИЦА, ЛАУРЕАТ ПРЕМИИ ПРЕЗИДЕНТА РОССИИ В ОБЛАСТИ ЛИТЕРАТУРЫ И ИСКУССТВА ЗА ПРОИЗВЕДЕНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ЮНОШЕСТВА 2016 ГОДА, ЛАУРЕАТ ПЕРВОЙ НАЦИОНАЛЬНОЙ ПРЕМИИ В ОБЛАСТИ ДЕТСКОЙ И ЮНОШЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ 2023 ГОДА. В 2019 ГОДУ АНАСТАСИЯ, СОВМЕСТНО С ПАРТНЁРАМИ, УЧРЕДИЛА СВОЁ ИЗДАТЕЛЬСТВО, В КОТОРОМ И РАБОТАЕТ В ДОЛЖНОСТИ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА. МЫ ПОГОВОРИЛИ С АНАСТАСИЕЙ ОБ ОБРАЗАХ ИЗ ДЕТСТВА, ЛЮБИМЫХ АВТОРАХ, КАК МОЛОДЫМ РОДИТЕЛЯМ РАЗОБРАТЬСЯ В ОГРОМНОМ КОЛИЧЕСТВЕ ДЕТСКИХ КНИГ И О ЧЁМ ПИСАТЬ СОВРЕМЕННЫМ ДЕТСКИМ АВТОРАМ, ЧТОБЫ ИХ КНИГУ ЗАМЕТИЛИ.

Анастасия, несколько дней назад вы стали лауреатом Первой Национальной премии в области детской и юношеской литературы в номинации «Лучшее прозаическое произведение для детей», поздравляем вас с заслуженной премией. Расскажите, пожалуйста, как в вашей жизни появилась детская литература?

Детская литература в моей жизни появилась с самого детства. Моя мама очень любила книги и стихи и собрала мне замечательную коллекцию разных детских книжечек, в том числе и стихов. Я эти книжки читала и перечитывала бесконечное количество раз, в семь лет решила попробовать написать что-то сама и стала записывать в тетрадку. Потом, в десять лет, была публикация в журнале «Трамвай», и это была огромная радость и счастье. В пятнадцать лет была публикация в журнале «Мы». Затем я выросла, вышла замуж и была большая пауза, до тех пор пока не подросли мои сыновья. Стихи вернулись уже в детском направлении и меня «рвануло» – я писала очень много. И тогда поняла, что это то дело, которым хочу заниматься.

Часто писатели говорят, что идеи книги приходят



Анастасия Орлова и малая часть её книг

к ним вместе с детскими воспоминаниями. Была ли в вашем детстве какая-то интересная история или образ, который вы воплотили в книгах или стихах?

Все истоки того, что я делаю, лежат в детстве, это лелеемое мной время жизни, которое я очень хорошо помню, и которое помогает мне писать. У меня много образов из детства, которые потом попали в стихи, рассказы. Например, образ

«снежного душа». В детстве мне казалось, что снег сыплется из фонаря. Получилось стихотворение:

Я любитель зимних стуж,
Принимаю снежный душ.
В середине января,
Льётся снег из фонаря.

Или, например, так как моё детство проходило у бабушки в её домике с маленьким огородом, я была окружена растениями, цветами, курами, кошками, появилось стихотворение:

Колокольчик как живой.
Мне кивает головой,
Удивилась: «Ну, дела!»
Заглянула – там пчела!

Или есть стихотворение, которое я посвятила своей бабушке. Там есть много образов и воспоминаний из моего детства:

Кружится в стакане
Золотой шиповник.
В шариках герани,
Узкий подоконник.

А за тем оконцем
На зелёном склоне
Жадно ловят солнце
Лопухи в ладони.

Грядочные линии,
Лука и петрушки.
У тигровой лилии
На лице веснушки.

И в пыли мохнатой
К домику дорожка,
И глядит куда-то
Бабушка в окошко.

Когда я была маленькой, мне очень хотелось иметь длинные косы, но у меня были только маленькие, тонкие хвостики, я надевала на голову колготки и говорила: «Я девочка с косичками». И такой рассказ вошёл в сборник рассказов «Обожаю ходить по облакам». Очень много золотых зёрен из детства, которые то там, то здесь прорастут.

Детям какого возраста лучше читать Ваши книги?

С раннего детства. Малыши – это та аудитория, которую я очень люблю и для которых писала «Яблочки-пяточки» и истории про грузовик и прицеп. Есть серия, которая называется «Читатель родился!». Это стихи, потешки, прибаутки для малышей, в помощь мамам новорождённых и мамам тех, что уже немного подросли. Это игровые стихи, они втягивают ребёнка и взрослого в диалог-игру. А через этот диалог – в пространство родного языка. Считается, что ребёнок до трёх лет мало что понимает. Но это не так! Даже новорождённые малыши хотят об-

щаться. Они буквально впитывают в себя то, что говорят взрослые, и стараются им «отвечать» на своём языке.

Можно ли научить детей и взрослых писать стихи и книги с помощью пособий или мастер-классов?

Как говорят: научить, может быть, и нельзя, но научиться можно. В гимназиях раньше был такой предмет: версификация, или стихосложение, когда юношей и девушек учили сочинять стихи. У стихосложения есть свои законы. И им, конечно же, можно научиться. Вопрос в том, можно ли научиться поэзии? Но мы понимаем, что в любом писательском деле есть изрядная доля мастерства. И вот мастерству учиться можно и нужно.

У вас есть какие-то писательские правила или приметы (например, 10 страниц написать до завтрака)?

Примет у меня нет, а так как моя деятельность имеет разные направления: я как писатель и я как издатель, мне, как писателю, который встречается с читателями, удобнее работать методом погружения. Если я пишу книжку, мне хочется, чтобы у меня был такой период времени, когда я не отвлекаюсь на встречи или создание книг других авторов.

Я разделяю свою жизнь на этапы, когда я концентрируюсь на каком-то одном деле. Также пытаюсь координировать количество поездок, поскольку если соглашаться на все предложения, то можно никогда не возвращаться домой. Энергия на написание книг при этом расходуется на другие дела.

Что важнее для писателя – талант или дисциплина?

Я бы сказала, что важны и талант, и дисциплина. Если положиться на один талант, то можно ярко загореться, взлететь и погаснуть. Таких

примеров мы знаем очень много. Мне хочется настроиться на долгую дистанцию и приручить свои способности, подружить их с дисциплиной. Это бесконечный поиск баланса.

Сейчас каждый день выпускается огромное количество детских развлекательных материалов, книг, видео. Сложнее ли стало выбирать что-то стоящее?

Детских развлекательных материалов сейчас действительно очень много, и книги выдерживают большую конкуренцию. Их выпускается много: разных, хороших и не очень. Выбирать становится сложнее, и в этом есть как плюсы, так и минусы — молодым родителям сложно разобраться в огромном разнообразии. Из плюсов: можно найти книгу на любой вкус и кошелёк, под любую жизненную ситуацию. На рынке присутствует не только классическая, но и современная качественная литература.



Самая главная награда — это улыбки детей



Книги Анастасии Орловой неизменно пользуются популярностью

Как родителям выбрать книги для детей?

Здесь на помощь придут любимые издательства, любимые писатели или любимые авторитетные книжные блогеры. Можно следить за тем, что пишут и какие новинки появляются на рынке. Можно довериться их мнению и вкусу. Но при этом от родителей требуется некое погружение в тему: нужно почитать отзывы, посмотреть картинки, составить собственное мнение о книге. Сегодня моим сыновьям 16 и 18 лет и они справляются с выбором книг самостоятельно, но когда они были помладше, я старалась подсовывать им книги на темы, которыми они интересовались в данный момент, на ситуации, которые происходили в их жизни. Я подбирала книги соответственно их интересам и получала соответствующий отклик.

О чём и как писать современным детским авторам, чтобы их книги заняли место на полке детской библиотеки, стали любимыми?

Я не могу сказать за всех, но я могу посоветовать писать о том,

что больше всего беспокоит автора, о том, о чём он не может молчать, о том, что рвётся наружу. Если говорить о себе, то в своих книгах я пытаюсь совмещать четыре точки зрения на книжку: себя маленькую; себя как маму детей, которые могли бы читать эту книжку; взгляд моих собственных детей, как они могли бы книгу воспринять, что им могло бы понравиться; и теперь уже взгляд издателя, взгляд со стороны, так как четыре года назад я стала главным редактором издательства «Книжный дом Анастасии Орловой». Это новое направление, в котором я живу и развиваюсь.

У вас есть детские спектакли и экранизации книг. Планируете ещё что-то?

На протяжении пяти лет существовал благотворительный спектакль «Стиховаренье», написанный по мотивам стихов Маши Рупасовой, Натальи Волковой и моим (все средства от продажи билетов шли в благотворительный фонд «Галчонок» — прим. ред.). Может быть, он возобновится, очень счастлива за тех, кому повезло его увидеть. В кировском театре идёт спектакль по книжке «Это

грузовик, а это прицеп». Существуют три мультфильма по моим стихам: в студии «Союзмультфильм» — «Бесконечная такса», в студии «Метроном» фильмы «Яблочки-пятки» и «Маленький, маленький ветер». Недавно произошла экранизация моих стихов детскими анимационными студиями, чему я бесконечно рада. Скоро будет презентация.

Что сегодня происходит в мире современной детской литературы? Какие вызовы, возможности, тенденции?

По счастью, несмотря на сложную ситуацию, книги продолжают выходить, писатели продолжают писать, художники продолжают рисовать, а издатели по мере возможности издавать.



Маленькие читатели — самые вездельные

Беседовала:
Екатерина Минак



Аудиоверсия текста

ДОВЕРИЕ К ТЕЛЕФОНУ ДОВЕРИЯ

ПЕРЕХОДНЫЙ ВОЗРАСТ – НЕПРОСТАЯ ПОРА ДЛЯ ПОДРОСТКА. У НЕГО МЕНЯЕТСЯ ВНЕШНОСТЬ, ПРОИСХОДЯТ ГОРМОНАЛЬНЫЕ ПЕРЕМНЫ, ПОЯВЛЯЮТСЯ ПРОБЛЕМЫ С ВЫСТРАИВАНИЕМ ОТНОШЕНИЙ С СЕМЬЕЙ И ДРУЗЬЯМИ, РЕБЁНОК СТАРАЕТСЯ ЗАНОВО НАЙТИ И ОПРЕДЕЛИТЬ СВОЁ МЕСТО В МИРЕ. ЭТОТ КРИЗИСНЫЙ ЭТАП ВАЖНО ГРАМОТНО ПРОЙТИ. СВОЕВРЕМЕННАЯ ПОМОЩЬ СПЕЦИАЛИСТА, ВНИМАНИЕ И УЧАСТИЕ, ОСОЗНАНИЕ ПРОБЛЕМЫ СПОСОБНО В КОРНЕ ИЗМЕНИТЬ ПОВЕДЕНИЕ ПОДРОСТКА И ПРЕДОТВРАТИТЬ БЕДУ. К СОЖАЛЕНИЮ, ИЗ-ЗА МИФОВ И СТЕРЕОТИПОВ, СФОРМИРОВАВШИХСЯ ВОКРУГ СЛУЖБЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОДДЕРЖКИ, И ОТ НЕДОСТАТКА ИНФОРМАЦИИ, ЛЮДИ ИЗБЕГАЮТ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ГОРЯЧЕЙ ЛИНИЕЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ. МЫ ПОПРОБУЕМ РАЗВЕНЧАТЬ МИФЫ О ТЕЛЕФОНАХ ДОВЕРИЯ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ.



Анна Ермолаева,
заместитель руководителя
Федерального координационного
центра МГППУ

Часто подростки сталкиваются с трудностями, о которых ещё вчера не имели ни малейшего представления: одиночество, жестокость, развод родителей, безответная любовь и многое другое. И всё это воспринимается очень остро. На базе Федерального координационного центра по обеспечению психологической службы в системе образования Российской Федерации (ФКЦ МГППУ) вот уже более 15 лет успешно функционирует круглосуточный анонимный Детский телефон доверия. Развеять мифы и подробно рассказать о работе детского телефона доверия мы попросили Анну Ермолаеву — заместителя руководителя Федерального координационного центра МГППУ.

МИФ 1. ПСИХОЛОГИ МОГУТ НАВРЕДИТЬ РЕБЁНКУ И СЕМЬЕ

Задача психолога телефона доверия или горячей линии — помощь в разрешении психологических проблем, которые испытывают родители или ребёнок. В первую очередь психолог направляет все рекомендации на взаимодействие, на сотрудничество и понимание между родителем и ребёнком. Иногда поступают звонки с запросом получить информацию о работе линии. Хороший психолог — а на нашей линии другие и не работают — всегда ответит на любые вопросы и уточнит по поводу каких проблем к какому специалисту можно обратиться, если вопрос не может быть решён только психологом. Иногда требуется помощь и других профессионалов.



МИФ 2. ПСИХОЛОГ «НА УДАЛЁНКЕ» НЕ СЛИШКОМ КОМПЕТЕНТЕН, ОН НЕ СМОЖЕТ ПОМОЧЬ ТАК, КАК СОТРУДНИК ОЧНОЙ СЛУЖБЫ

Консультация с психологом телефона доверия носит знакомый дистанционный формат. Даже очные психологи переходят к этому формату, и эффективность их работы ничуть не снижается. Единственное отличие — это краткосрочность такой работы. Если к очному психологу родитель может обратиться несколько раз, то у специалиста телефона доверия — это, как правило, разовая консультация, хотя никто, конечно же, не запретит звонить снова. Эффективность телефонной консультации такая же, как и у очной. Да и по времени она, как правило, длится 40–60 минут, за которые вырабатываются совместные решения.

В службе работают только сотрудники с высшим психологическим образованием и опытом работы, которые прошли повышение квалификации по оказанию дистанционной педагогической помощи.

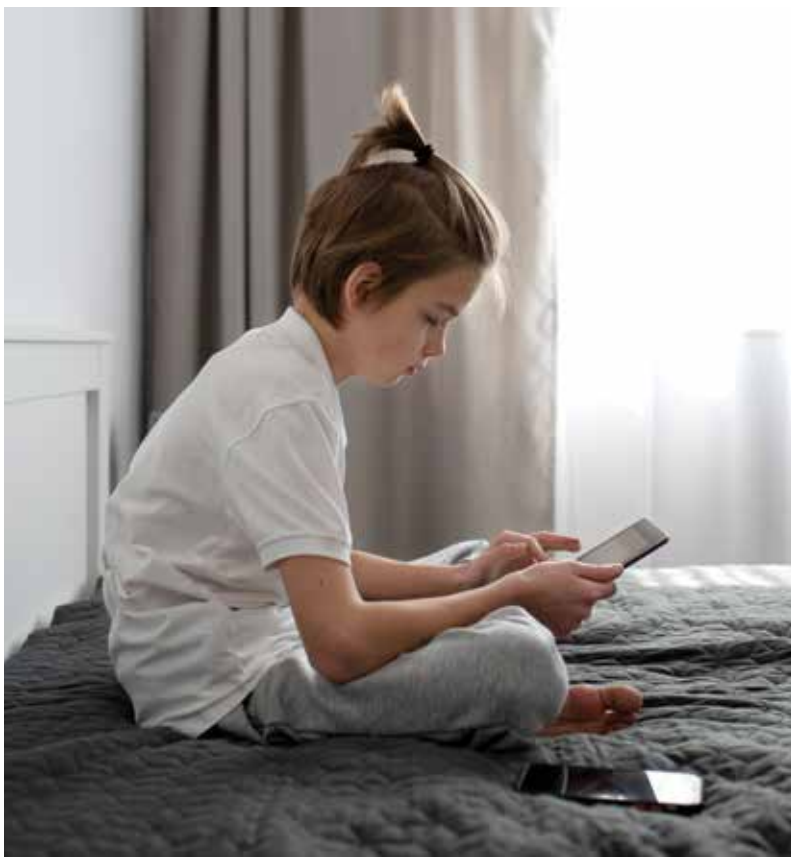
МИФ 3. СОТРУДНИКИ СОБИРАЮТ ДАННЫЕ И ПЕРЕДАЮТ ИХ В ОРГАНЫ ОПЕКИ И ПОПЕЧИТЕЛЬСТВА

Служба телефона доверия является конфиденциальной и анонимной, и никакие данные не могут быть никуда переданы без согласия самого человека. Информация о звонившем не может быть выявлена, звонки никогда не записываются. В случаях насилия или жестокого обращения, в случае когда совершаются противоправные действия, если необходимо вмешательство третьих лиц, психолог предложит самому абоненту обратиться в соответствующую службу или организацию за дальнейшей помощью, а ребёнку предложит привлечь взрослых для обращения в соответствующие службы.

МИФ 4. С ЛЮБОЙ ПРОБЛЕМОЙ МОЖНО СПРАВИТЬСЯ САМОСТОЯТЕЛЬНО

Действительно можно. Но решение проблем может вызывать затруднения у ребёнка, который не имеет этого опыта. Есть дети, которые считают, что лучше они обратятся к другу или подруге. На телефон доверия звонит человек, который хочет сохранить конфиденциальность, который не хочет, чтобы кто-то узнал о его проблеме, хочет профессиональной психологической помощи от человека, который не осудит, не обидит, не унизит, не обесценит, не будет осуждать. Можно получить грамотную консультацию совершенно бесплатно, нужно уметь просить помощи у других.





МЫ ПООБЩАЛИСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ СЛУЖБЫ, ВОСПОЛЬЗОВАВШИСЬ НОМЕРОМ ТЕЛЕФОНА ДОВЕРИЯ, НАМ ОТВЕТИЛА МАРИЯ:

«МЫ ПОЛУЧАЕМ В СРЕДНЕМ 60–70 ЗВОНКОВ В ДЕНЬ ОТ ДЕТЕЙ, ВЗРОСЛЫХ И ПОДРОСТКОВ. ЗВОНЯТ С САМЫМИ РАЗНЫМИ ПРОБЛЕМАМИ: У КОГО-ТО НЕСЧАСТНАЯ ЛЮБОВЬ, КТО-ТО ЗАВАЛИЛ ЕГЭ И НЕ ЗНАЕТ, КАК ТЕПЕРЬ БЫТЬ, КТО-ТО НАОБОРОТ ОЧЕНЬ ХОРОШО СДАЛ И НЕ МОЖЕТ ТЕПЕРЬ ВЫБРАТЬ УЧЕБНОЕ ЗАВЕДЕНИЕ. ОЧЕНЬ ТРОГАТЕЛЬНЫЕ ЗВОНКИ, КОГДА ЛЮДИ ХОТЯТ ПОМОЧЬ ДРУГУ ИЛИ ПОДРУГЕ. В ПОСЛЕДНЕЕ ВРЕМЯ ОЧЕНЬ МНОГО ЗВОНКОВ ОТ ДЕТЕЙ, КОТОРЫЕ ПОТЕРЯЛИ СВОЕГО ДОМАШНЕГО ПИТОМЦА. В ЭТОМ СЛУЧАЕ МЫ ВМЕСТЕ РЕШАЕМ, КАК РАЗЫСКАТЬ ЖИВОТНОЕ, СОВЕТУЕМ НАЙТИ РЕСУРСНОГО ВЗРОСЛОГО ИЛИ ПРОСТО ВМЕСТЕ ПЕРЕЖИВАЕМ ПОТЕРЮ ЛЮБИМЦА».

МИФ 5. ОБРАЩАТЬСЯ НА ГОРЯЧУЮ ЛИНИЮ СТОИТ ТОЛЬКО В СЛУЧАЕ СЕРЬЁЗНОЙ ПРОБЛЕМЫ (СУИЦИДА, НАСИЛИЯ, ЖЕСТОКОГО ОБРАЩЕНИЯ)

Иногда на телефон доверия люди звонят, чтобы выговориться, в момент, когда очень много эмоций и хочется их высвободить, иногда звонят и молчат. Такое тоже бывает. В этом случае надо дать человеку собраться с мыслями. Не каждый может так сразу изложить свою проблему. И мы молчим вместе с ним, ждём, когда абонент решится заговорить. Таких звонков может быть несколько, перед тем как человек начнёт рассказывать о своих сложностях.

Важно решать даже маленькие проблемы, чтобы они не превратились в большие. Ведь они, как клубок или айсберг, в дальнейшем могут оказаться гораздо сложнее, чем кажется на первый взгляд.

Обязательно нужно обращаться к специалистам, если произошли серьёзные проблемы, кризисы, возникли суицидальные мысли или произошло насилие. Но психолог также выслушает радостные новости, разделит счастливые моменты, выслушает благодарность после проведённой консультации.

МИФ 6. СОТРУДНИК СЛУЖБЫ ПОДУМАЕТ, ЧТО Я ПЛОХОЙ РОДИТЕЛЬ (УЧИТЕЛЬ)

Психологи не осуждают, не указывают на ошибки, это не профессионально. Даже если родитель ошибается в каких-то действиях в отношении ребёнка, психолог не будет осуждать за это.

Психолог-консультант всегда, в первую очередь, за восстановление гармоничных отношений в семье и будет этому способствовать. Например, типичный запрос: позвонил ребёнок и жалуется, что его ругает мама, нет контакта, постоянные ссоры и скандалы. Психолог уточнит, как было раньше и какие связи теперь утрачены, вместе с ребёнком проговорит, что нужно сказать родителю, чтобы правильно донести своё эмоциональное состояние и переживание, связанное с конфликтами.

Не просто скажет: «Поговори с родителем!», а проработает эту ситуацию, проговорит возможные варианты развития диалога, что могут ответить родители и какая должна быть реакция, чтобы это не переросло в очередной конфликт, например без использования «Ты-сообщений» и обвинений.

С какими вопросами чаще всего сталкиваются работники службы?

Около 40 процентов от всех обращений занимают вопросы, связанные с детско-родительскими отношениями: это ссоры и конфликты в семье, сложности взаимодействия, отношения между братьями и сёстрами, отношения, связанные с изменениями статуса семьи (развод, потеря родителя или новые отношения), текущие конфликты, связанные с учёбой, взаимоотношения полов.

Больше всего, около 60 процентов обращений, поступают от детей, 30 процентов от родителей и 10 процентов – другие взрослые и нецелевая аудитория (розыгрыши, молчания).

В целом служба кризисной психологической помощи принимает более 40 тысяч обращений в год, за период работы службы принято более 350 тысяч обращений за десять лет.

На общероссийский детский телефон доверия за всё время работы поступило более одного миллиона обращений.

Может ли взрослый обратиться на горячую линию?

Да, несмотря на то что в названии фигурирует «детский телефон доверия», это служба не только для детей, она работает по всем вопросам, связанным с детско-родительской проблематикой. Специально для взрослых есть горячая линия кризисной психологической помощи.

За помощью могут обращаться и педагоги, поскольку их запросы также связаны с тематикой детства, образования и собственного эмоционального выгорания, поскольку служба открыта на базе Министерства просвещения России.

Самый запоминающийся звонок или интересная история из практики психологов службы

Таких историй очень много, но вот в самом начале работы службы к нам поступил звонок от самого маленького абонента, ему было 5 лет. Звонил мальчик, он не смог дозвониться своей маме, она ушла в магазин и, по его мнению, её долго не было. Мальчику было страшно, ему показалось, что кто-то дёрнул ручку двери, и малыш начал очень сильно переживать. Психолог занималась сопровождением ребёнка до прихода мамы. Сначала консультант службы попросила мальчика посмотреть в глазок. Убедившись, что всё хорошо и никого за дверью нет, консультант не прервала разговор, а была всё время на линии, говорила ребёнку, что делать, обсуждала вопросы, интересующие малыша, потом читала мальчику сказку.

Хочу сказать, что мама очень правильно сделала, что научила ребёнка в случае опасности звонить по детскому телефону доверия. И когда было сложно, мальчик воспользовался этой информацией. Это замечательная родительская позиция, потому что психолог поможет справиться со страхом, а ещё сможет правильно подобрать слова, чтобы восстановить внутрисемейные взаимоотношения.

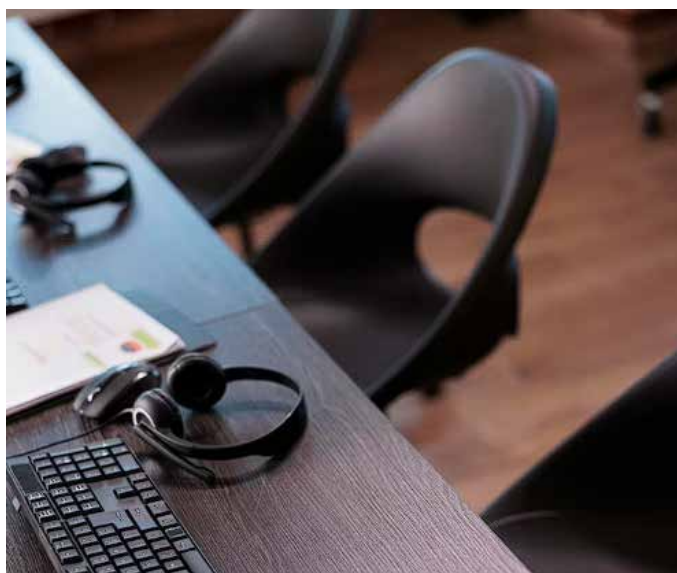
ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ КРИЗИСНОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ МИНИСТЕРСТВА ПРОСВЕЩЕНИЯ РФ

8 (800) 600-31-14 (КРУГЛОСУТОЧНО).

ДЛЯ ОКАЗАНИЯ ЭКСТРЕННОЙ ПОМОЩИ ДЕТЯМ, ПОДРОСТКАМ, РОДИТЕЛЯМ, А ТАКЖЕ ВЗРОСЛЫМ В КРИЗИСНОМ СОСТОЯНИИ.

САЙТ ФЕДЕРАЛЬНОГО КООРДИНАЦИОННОГО ЦЕНТРА ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ В СИСТЕМЕ ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

[HTTPS://CHILDHELPLINE.RU](https://childhelpline.ru)



А если есть какая-то тяжёлая информация: о насилии, беременности в раннем возрасте или ещё о чём-то важном, то специалист подскажет, как лучше сказать об этом родителю. Поэтому телефонов доверия не нужно бояться. Скорее, наоборот, страхи рождают проблемы, а мы очень хотим сделать жизнь немного проще и легче. Поэтому не стесняйтесь, и, тем более, не бойтесь обращаться к профессионалам, к нам, к тем, кто может и готов помочь.

Автор текста:
Екатерина Минак



Аудиоверсия текста

«ОДЕЖДА ДИКТУЕТ ПОВЕДЕНИЕ», ИЛИ КАКОЙ ДОЛЖНА БЫТЬ СОВРЕМЕННАЯ ШКОЛЬНАЯ ФОРМА

УЖЕ НЕ ПЕРВОЕ ДЕСЯТИЛЕТИЕ НЕ УТИХАЮТ СПОРЫ О ТОМ, НУЖНА ШКОЛЬНАЯ ФОРМА ИЛИ НЕТ. СТОРОННИКИ И ПРОТИВНИКИ ЕДИНОЙ ОДЕЖДЫ УЧЕНИКОВ БЫЛИ И БУДУТ ВСЕГДА. А ЕСТЬ ЛЮДИ, КОТОРЫЕ СТРЕМЯТСЯ К ТОМУ, ЧТОБЫ ОБЪЕДИНИТЬ ЖЕЛАЕМОЕ – УДОБНЫЕ И СТИЛЬНЫЕ КОСТЮМЫ – С НЕОБХОДИМЫМ: УНИФИЦИРОВАННЫМИ КОМПЛЕКТАМИ ОДЕЖДЫ ДЛЯ ШКОЛЬНИКОВ. МОЖЕТ ЛИ ШКОЛЬНАЯ ФОРМА МОТИВИРОВАТЬ К УЧЁБЕ, БЫТЬ УДОБНОЙ, НРАВИТЬСЯ ДЕТЯМ И ПРИ ЭТОМ БЫТЬ УНИВЕРСАЛЬНОЙ ДЛЯ ВСЕХ СЛУЧАЕВ УЧЕНИЧЕСКОЙ ЖИЗНИ? МЫ УВЕРЕНЫ, ЧТО ДА.

ИЗ ИСТОРИИ ШКОЛЬНОЙ ФОРМЫ

В России школьная форма впервые появляется при Николае I в 1834 году. Тогда же принимают указ, обязующий всех государственных служащих носить определённую одежду. Учащиеся, тогда это были только мальчики или юноши, также не остались без внимания: для них был разработан свод правил, чётко регламентирующий, какой должна быть школьная форма. Чуть позже с развитием женского образования появились и первые наряды для учениц.

Так как до революции образование было доступно далеко не всем, в школы и гимназии могли ходить только дети обеспеченных родителей, то школьная форма была своего рода показателем достатка и принадлежности ребёнка к определённому сословию.

В 1918 году школьная форма была отменена. А вернулась она «за парты» только после Великой Отечественной войны. Более 40 лет одинаковая одежда для учеников была обязательным атрибутом школы. Она немного менялась, становилась более удобной, но оставалась необходимой вплоть до 1992 года, когда была полностью отменена.

Сегодня большинство школ сами устанавливают правила внутреннего распорядка, касающегося одежды. Где-то требования более жёсткие, где-то, наоборот, практически полностью отсутствуют. Но в любом случае сохраняются правила унификации и знаков принадлежности к учебному заведению.

НУЖНА ЛИ ШКОЛЬНАЯ ФОРМА СОВРЕМЕННЫМ ДЕТЯМ?

Тема школьной формы многогранна. И отчасти она основана на том, что всех школьников можно разделить на три группы – младшие школьники, учащиеся средней школы и старших классов. У каждой группы есть свои возрастные особенности, ведущие потребности. Поэтому на каждом возрастном этапе школьная форма будет выполнять разные функции.

«Для деток младшего школьного возраста форма выполняет функцию условного "переключателя" внутреннего состояния, – рассказывает психолог Наталья Подрезова. – Многие взрослые люди в пандемию, оказавшись в условиях работы на удалёнке, столкнулись со сложностями концентрации внимания на рабочих процессах. Согласитесь, домашняя обстановка, мягкий халат и котик на ручках не особо располагают к написанию, например, аналитического отчёта. А вот офис, костюм, рабочий стул и стол настраивают на работу только так!»

Для малышей сменить игровую деятельность на учебную непросто. У них ещё не развита в достаточной степени волевая сфера, чтобы самостоятельно отказаться от веселья и сосредоточиться на учёбе.





В этом младшим школьникам помогает обстановка во-круг, а также внешний вид. Ребёнок привыкает, что в ма-ечке и шортиках он балуется, играет во дворе, а в рубашке и брюках он учится, решает сложные задачи.

«Иногда, работая с детьми, я даю рекомендации родите-лям младших школьников даже дома иметь одежду для учё-бы – это может быть костюмчик или платье (желательно в строгих сдержанных фасонах и тонах), в котором ребёнок делает уроки», – отмечает Наталья Подрезова.

Также необходимо отметить, что на начальном этапе обучения форма подчёркивает новый социальный статус ребёнка: он теперь не малыш, а школьник. Такое само-осознание настраивает детей на серьёзное отношение к учёбе и самим себе. При взрослении ребёнка и переходе его в среднее и старшее звено обучения данная функция школьной формы сохраняется, но становится менее зна-чимой.

Что касается подростков, у них на первый план выхо-дит потребность в общении со сверстниками. Им хочется эпатировать, привлекать внимание, выделяться и демон-стрировать свою индивидуальность. Школьная форма в этом возрасте воспринимается как ограничение и ущем-ление свободы самовыражения. И отчасти эту функцию форма действительно выполняет.

«Представьте себе оркестр, где каждый музыкант вдруг решил выделиться и начал исполнять то, что хочет сам. Вместо красивой мелодии, мы получим какофонию. Точно так же обстоит дело со школьной формой. Если мы позво-лим детям ходить на уроки, кто в чём захотел, школа очень быстро превратится из места обучения в своеобразную "яр-марку тщеславия", где на первое место в формировании чув-ства собственной ценности и значимости выходит исклю-чительно внешность», – подводит итог психолог Наталья Подрезова.

ШКОЛЬНАЯ ФОРМА XXI ВЕКА

Бесспорно, детям необходимо соблюдать правила школы (или другого учебного заведения), в том чис-ле и те, что касаются одежды. Уклад школы – часть воспитательной работы, тот свод правил, который опреде-ляет школьную жизнь. Поэтому форма должна учитывать не только пожелания взрослых, которые делают акцент на удобстве и качестве, но и отвечать запросам учеников, для которых важно, чтобы внешний вид хотя бы частично отражал их внутренний мир.

Сегодня у детей есть все возможности повлиять на то, какой будет их школьная форма, благодаря таким крупным проектам, как «Министерство школьной моды», направ-ленным на воспитание у учеников культуры внешнего вида и эстетического вкуса. Кроме того, именно «Министер-ство школьной моды» помогает находить и поддерживать талантливых ребят, желающих обучаться в индустрии ди-зайна и моды.

«Если говорить о школьной форме в современном понима-нии, то это не безликий костюм, который делает из ученика неприметного человека. Нет разговора об унификации. Есть идеи и желания, как выделяться среди других учебных заведе-ний, как выглядеть стильно и удобно, как позиционировать мысль, что школьная форма – это хорошо и правильно, – рас-сказывает звёздный стилист и телеведущая шоу "Перезагруз-ка" на ТНТ Лина Дембикова. – Сейчас даже есть отдельное направление: школьная мода. Когда мы проводили показ уч-енической одежды, то увидели много интересных и стильных вариантов. Выбрать победителей было непросто, так как необходимо было сохранять баланс между креативностью и школьными требованиями к одежде. Также большое внима-ние в рамках этого проекта мы уделяли возможности соче-тать вещи друг с другом. Ведь крайне важно, чтобы школьная форма представляла собой "капсулу": набор одежды, сочетаю-щийся друг с другом и дающий разные варианты комплектов. Дети проводят в школе очень много времени, и нам хотелось показать, что форма может быть нескучной. А ещё она мо-жет быть практичной и удобной, что важно для родителей.»

Проект «Министерство школьной моды» очень много-гранен. Он включает в себя шесть номинаций, но имен-но направление «Конструктор школьной формы» можно назвать одним из самых важных. Ведь в его рамках маль-чишки и девочки выдвигают свои предложения по по-воду того, какой должна быть одежда для школы, чего им не хватает в современной форме, какие нюансы нужно учесть, создавая новые модели. Такая обратная связь и, ко-нечно же, эскизы, предлагаемые будущими дизайнерами, это кладёз информации для взрослых, которые сейчас ра-ботают над комплектами школьной одежды.

«Нельзя отрицать, что от внешнего вида зависит и вну-треннее состояние, – продолжает Лина Дембикова. – Поэто-му так важно, чтобы даже в школе, особенно в школе, ребё-нок чувствовал себя комфортно, уверенно, красиво. Стильные

дети не боятся проявлять себя, открывать свои таланты, идти к своей мечте. Вообще, нам всем есть, чему у них поучиться. У них много новых, интересных, смелых идей, они необычнее, непредсказуемее, чем мы, взрослые. Поэтому их коллекции, их модные показы – это важные уроки и открытия для тех, кто сейчас так или иначе связан с индустрией моды».

Когда дети под руководством опытных наставников разрабатывали свои проекты школьной формы, то в них старались сохранять баланс стиля, удобства, демонстрации принадлежности к определённой группе. Также учитывался такой нюанс, что через форму дети должны учиться соблюдать определённые границы и уместно выбирать образы для разных жизненных случаев.

«Современная мода предлагает достаточное количество вариантов интересной одежды для детей и подростков, которая может выглядеть небанально даже в рамках требований школы к одежде, – подчёркивает Лина Дембикова. – Можно использовать спокойные цвета тканей, лаконичные фасоны, строгие украшения, но при этом добавлять интересные приёмы стилизации, многослойность. Именно этим – обучением детей выглядеть стильными даже в достаточно строгих рамках – мы занимаемся на одном из блоков в рамках проекта "Министерство школьной моды"».

СНИМУ ЭТО НЕМЕДЛЕННО!

А что же делать родителям, если дети не хотят носить школьную форму?

«Малыши достаточно часто любят школьную форму – это показатель их нового социального статуса. А вот ученики средних и старших классов нередко устраивают бунты против ученической одежды, – говорит психолог Нина Плотникова. – Как правило, это связано с тем, что остро встаёт вопрос самоидентификации. Кроме того, вчерашние мальчишки и девчонки превращаются в парней и девушек и начинают особенно критично относиться к своему телу.

Конечно, сделать это в рамках ученической формы непросто, но возможно. Например, именно для таких целей многие школы в обязательную «капсулу» одежды включают не только юбки для девочек, но и брюки. Для мальчиков предусмотрены и пиджаки, и жилетки. В некоторых случаях допускаются даже лонгсливы и толстовки. И всё это школьная форма.

Но даже несмотря на это, некоторые ученики сетуют на то, что в школе не могут показать свою индивидуальность. «А что такое индивидуальность, – размышляет психолог Нина Плотникова. – Она может быть выражена только в одежде? Или же есть другие варианты? Здорово, если родители вместе с ребёнком пофантазируют на эту тему, опираясь на индивидуальные качества школьника.

При этом крайне важно прививать ребёнку чувства меры и уместности. Рассказывать о том, что дресс-код – важная составляющая взрослой жизни. Проговаривая такие правила в доверительной беседе, достаточно просто объяснить ребёнку, что его бунт против школьной формы – не что иное, как проявление юношеского желания быть не как все.

5 ПРАВИЛ ШКОЛЬНОГО ГАРДЕРОБА

ПРАВИЛО 1. ШКОЛЬНАЯ ФОРМА ДОЛЖНА БЫТЬ УДОБНОЙ И ПО РАЗМЕРУ, ЧТОБЫ РЕБЁНОК ЧУВСТВОВАЛ СЕБЯ В НЕЙ КОМФОРТНО.

ПРАВИЛО 2. ИДЕАЛЬНО, ЕСЛИ В ТКАНИ ДЛЯ ДЕТСКИХ КОСТЮМОВ СОДЕРЖАНИЕ НАТУРАЛЬНЫХ МАТЕРИАЛОВ БУДЕТ НЕ МЕНЕЕ 55%. БЛУЗКИ И РУБАШКИ ЛУЧШЕ ВЫБИРАТЬ ХЛОПКОВЫЕ ИЛИ ИЗ ВИСКОЗЫ. ДЛЯ ЗИМНИХ КОМПЛЕКТОВ ХОРОШО ПОДОЙДЁТ КАЧЕСТВЕННАЯ ТОНКАЯ ШЕРСТЬ.

ПРАВИЛО 3. ПРИ ВЫБОРЕ ФОРМЫ СТАРАЙТЕСЬ УЧИТЫВАТЬ МНЕНИЕ РЕБЁНКА. УВАЖАЙТЕ ЕГО ЖЕЛАНИЯ И СТИЛЕВЫЕ ПРЕДПОЧТЕНИЯ. ТАКЖЕ ОБЪЯСНЯЙТЕ, ЧТО УМЕСТНО НОСИТЬ В ШКОЛУ, А ЧТО – НЕТ.

ПРАВИЛО 4. МАЛЬЧИКАМ – БРЮКИ, ДЕВОЧКАМ – ЮБКИ, ПЛАТЬЯ И ТОЖЕ БРЮКИ. «ВЕРХ» МОЖЕТ БЫТЬ ПРЕДСТАВЛЕН БЛУЗКАМИ, КАРДИГАНАМИ, СОРОЧКАМИ И ЖАКЕТАМИ МОЛОДЁЖНОГО КРОЯ. ДЖИНСЫ И ФУТБОЛКИ ЛУЧШЕ ОСТАВИТЬ ДЛЯ ОТДЫХА.

ПРАВИЛО 5. СОЧЕТАЙТЕ МОДНЫЕ ТРЕНДЫ И ШКОЛЬНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ. ПУСТЬ ОДЕЖДА БУДЕТ СТРОГОЙ, А ВОТ ОБУВЬ, ГАЛСТУК ИЛИ БАБОЧКА, ЗАКОЛКИ ДЛЯ ВОЛОС ИЛИ ПОЯСА ОТВЕЧАЮТ МОДНЫМ ТЕНДЕНЦИЯМ. ТАК У ДЕТЕЙ ПОЯВИТСЯ ВОЗМОЖНОСТЬ ПРОЯВИТЬ ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ И ПОЧУВСТВОВАТЬ СЕБЯ СТИЛЬНЫМИ.

Автор текста:
Ольга Черепухина



Аудиоверсия текста

КАШУ МАСЛОМ НЕ ИСПОРТИТЬ

ЧАСТЬЮ ВОСПИТАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА И КУЛЬТУРНОГО РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА ЯВЛЯЕТСЯ ФОРМИРОВАНИЕ ПОЛЕЗНЫХ ПРИВЫЧЕК. ВСЕ МЫ ХОТИМ, ЧТОБЫ НАШИ ДЕТИ БЫЛИ СЧАСТЛИВЫ И ЗДОРОВЫ. И ПРАВИЛЬНОЕ ПИЩЕВОЕ ПОВЕДЕНИЕ, СФОРМИРОВАННОЕ В ДЕТСТВЕ, ЛУЧШАЯ ПРОФИЛАКТИКА МНОГИХ БОЛЕЗНЕЙ В ЗРЕЛОМ ВОЗРАСТЕ. ЕСТЬ ТАКАЯ ПОГОВОРКА: «МЫ – ЭТО ТО, ЧТО МЫ ЕДИМ». ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ И ПРАВИЛЬНОЕ ПИЩЕВОЕ ПОВЕДЕНИЕ ВЛИЯЮТ И НА ФИЗИЧЕСКОЕ, И НА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА. СЕГОДНЯ НА ВОПРОСЫ РОДИТЕЛЕЙ ОТВЕТАТ ЭКСПЕРТЫ: НУТРИЦИОЛОГ, ДИЕТОЛОГ АРИНА СМИРНОВА, СПЕЦИАЛИСТ ПО РАССТРОЙСТВАМ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ КАТЕРИНА ФЕДОРЕНКО И ПСИХОЛОГ АНАСТАСИЯ САВИНА. МЫ ПОГОВОРИЛИ О ВОСПИТАНИИ КУЛЬТУРЫ ПИТАНИЯ, О ПРАВИЛАХ И ПРИВЫЧКАХ В ЕДЕ.



Ребёнку три года, он недавно пошёл в детский сад. Каждый день он устраивает истерики: готов есть только то, что дают в детском саду и только в той форме и в том виде. Например, отварную картошку не ест, требует пюре, как в садике. Сок оранжевый не пьёт, требует красный компот, как в садике. Что делать?

Понимаю, как маме сложно подстраиваться под меняющиеся предпочтения и при этом заботиться о необходимости накормить ребёнка. Конечно же, нужно учитывать его вкусы, но это, скорее, про воспитание, чем про пищевое поведение. Вся семья ест то, что приготовила мама. Объясните, что в каждом доме, месте — свои правила и своё меню. В саду такое, в школе другое, дома третье. Предлагаю вам попросить ребёнка нарисовать те блюда, которые он хочет. И в выходные вместе с ним приготовить так, как он хочет и записать в семейную книгу любимые рецепты ребёнка.

Пятилетняя дочь попробовала фастфуд и теперь она требует его ежедневно.

От такой «диеты» отвыкнуть непросто. Не забывайте, что в фастфуде часто используют усилители вкуса. Поэтому ребёнку нужно помочь постепенно изменить пищевые привычки. Заменить полуфабрикат на котлету, приготовленную дома или на цельнозерновой хлеб.



Арина Смирнова,
нутрициолог, диетолог, специалист по
расстройствам пищевого поведения



Катерина Федоренко,
психолог, специалист по работе с расстройствами
пищевого поведения

Бабушка, помогающая воспитывать детей, просит доесть всё до конца и обижается, если мои малыши (4 и 6 лет) не хотят. Как объяснить, что это неправильно, и не обидеть её?

Старшее поколение помнит, как бабушки и дедушки, пережившие войну, трепетно относились к еде. И многие наши родители сохранили это отношение. Их не стоит за это упрекать, для них проявление любви — накормить детей и внуков. Мы можем благодарить их за старание и говорить, что еды очень много, она в лёгком доступе, никуда не исчезнет и не следует никого откармливать. Но в первую очередь, необходимо объяснять детям, что есть нужно, когда чувствуешь голод. И также учить детей говорить «нет», если они сыты, и не испытывать чувства вины за недоеденный кусок пирога.

Сыну семь лет и он отказывается есть рыбу. Стоит ли хитростью её давать или лучше убедить?

Здесь можно действовать хитростью, чтобы убедить. Все мальчики хотят быть сильными. Можно с ним поиграть. Например так, говорите ребёнку: «Вот давай ты сейчас тянешь канат (или пояс от халата)». Начинаете играть, тянуть и, естественно, перетягиваете, а потом вдруг вспоминаете, что есть такая рыба, которая прибавляет сил. Говорите: «Давай проверим! Вот ты съешь

кусочек рыбы и станешь сильнее». И потом начинаете немного поддаваться. И предлагаете съесть ещё кусочек.

Или искать героев, которые нравятся ребёнку и рассказывать ему, что эти герои любят рыбу, например, папа. Не нужно стремиться к тому, чтобы сын сразу осилил всю порцию. Постепенно знакомим его с новым вкусом: лизнуть для начала, потом попробовать маленький кусочек и постепенно он привыкнет.

Говорят, что нельзя заставлять ребёнка есть.

Но что, если ребёнок (9 лет) весь день отказывается от еды? Нельзя же допустить, чтобы он сутками не ел?

В ответе на этот вопрос можно исследовать несколько вариантов. Убедитесь, что ваш ребёнок не ест ничего сладкого, у него нет никаких перекусов. Возможно, где-то есть доступ к быстрым углеводам. Если он что-то где-то перехватывает, он так и не будет ни завтракать, ни обедать, ни ужинать. Второй вариант, наблюдайте за его активностью, убедитесь, что ребёнок достаточно двигается в течение дня и тратит энергию, которую потом сам захочет восполнить едой. Следующий, убедитесь, что у ребёнка нет психологических и физиологических проблем, в этом поможет психолог или педиатр.

Десятилетняя дочь тянется за едой всегда. Может есть и не замечать. Причём неважно, что —



Анастасия Савина,
психолог

фрукты, сладости, котлеты — главное, что-то жевать. Считается ли это расстройством и как выйти из этой ситуации?

Десять лет — это возраст активного роста, ребёнок вступает в предподростковый период, и многие родители отмечают значительное увеличение аппетита. Если девочка активна, здорова, справляется с учёбой, занимается спортом и у неё не происходит стремительного увеличения веса, необходимо более внимательно относиться к выбору продуктов. В большинстве своём дома в холодильнике должны быть полезные продукты, на столе в свободном доступе лежать нарезанные овощи. Старайтесь переключать ребёнка с еды на другую деятельность. Если это не преувеличение и дочь действительно всё время ест, то, возможно, следует проконсультироваться со специалистом.

Я вижу, что мой старший сын (ему 14) набрал лишний вес. Как деликатно намекнуть, что нужно похудеть и изменить рацион?

Сначала убедитесь, что у ребёнка отсутствуют заболевания, которые могут сопровождаться увеличением веса, такие как синдром Кушинга, гипотиреоз, побочные эффекты от ряда лекарств и т. д. Подойдите к теме похудения внимательно и чутко. Это должен быть открытый диалог, направленный на решение проблем, связанных с весом, и с учетом возможной неуверенности, часто свойственной подросткам.

Избегайте долженствований и обвинительных слов, таких как: «тебе нужно», «ты должен». Не называйте ребёнка «пухлым» или «ленивым», это может обидеть и демотивировать. Бесплезно давать советы, такие как: «Почему бы тебе не есть меньше и больше заниматься спортом?»

Поощрение и положительное подкрепление работают лучше в долгосрочной перспективе. Не стоит обвинять или стыдить ребёнка за его вес, важно обеспечить ему поддержку, ободрение и помощь, отмечайте прогресс, даже незначительный.

Вместо того чтобы сосредоточиться исключительно на конкретном человеке, имеет смысл менять систему питания вместе, всей семьёй. Например, можете помогать друг другу с покупкой продуктов и приготовлением еды, вместе ходить на прогулки или заниматься другими приятными видами физической активности.

Дочка-подросток (16 лет) решила, что у неё аллергия на лактозу и глютен, хотя никаких проблем нет и не было. Теперь отказывается есть большую часть домашних блюд. Сама не готовит, в итоге почти ничего не ест. Что делать? И почему вообще это произошло?

Диетическая культура, которая на данный момент имеет огромное влияние в современном мире, оказывает большое давление на людей. Особенно восприимчивы к «модным» тенденциям подростки.

Поведение, когда человек отказывается от определённых групп продуктов, говорит о том, что эти продукты делятся на «плохие» и «хорошие». За нежеланием есть глютен и лактозу, может скрываться желание похудеть и изменить свой внешний вид. Это тонкая грань, за которой необходимо следить, так как одним из основных индикаторов расстройства пищевого поведения является сверхценность формы и массы тела, фиксация на внешнем виде.

Чем опасно ограничительное потребление продуктов? В первую очередь оно оказывает влияние на здоровье. Когда мы исключаем целые группы продуктов, мы обрекаем наш организм на дефицит питательных веществ. Также, скудный рацион может снизить аппетит. В итоге человек теряет вес, но не получает достаточное количество полезных для работы организма веществ. А как отрицательный бонус — подросток может начать испытывать трудности социального характера.

Что можно сделать? Сдать тест на аллергены. Он покажет, есть ли у подростка реакция на глютен и лактозу. Если результат отрицательный, то в данной ситуации бу-

дет полезна психообразовательная активность. Соберите информацию о важности глютена и лактозы, поговорите с дочкой о возможных последствиях отказа от них, обсудите её страхи переживания. Если вы обнаружите фиксацию на ценности фигуры и внешности, желание снизить вес, я бы порекомендовала обратиться к специалисту, который работает с пищевым поведением, чтобы предотвратить возможность развития расстройства.

Правда ли, что во время еды ребёнку нельзя смотреть мультфильмы? Почему?

Когда ребёнок смотрит телевизор во время еды, он почти наверняка не замечает, что он ест и в каком количестве, всё его внимание направлено на экран. И если с маленьким ребёнком или «малоежкой», родители используют этот фокус, чтобы хоть как-то накормить малыша, в дальнейшем это может привести к формированию стойкой привычки.

Установите основные правила для просмотра телевизора и компьютера. Время, которое дети проводят, сидя перед экраном, — это время, когда они не активны. Убедитесь, что ваш ребёнок знает, что у него есть только определённое количество времени для просмотра мультфильмов или игр на телефоне. И это время точно не должно совпадать с приёмом пищи.



Автор текста:
Екатерина Минак



Аудиоверсия текста

ИНТЕРНЕТ-НЕЗАВИСИМОСТЬ: ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВСЕМИРНАЯ ПАУТИНА НЕ ОТПУСКАЕТ РЕБЁНКА

«ДА ОТВЛЕКИСЬ ТЫ УЖЕ ОТ СВОЕГО КОМПЬЮТЕРА (ТЕЛЕФОНА)!» ЗНАКОМО? НАВЕРНОЕ, КАЖДЫЙ ИЗ НАС ДЕЛАЛ РЕБЁНКУ ПОДОБНЫЕ ЗАМЕЧАНИЯ. И КАКОЙ РЕЗУЛЬТАТ? СКОРЕЕ ВСЕГО, В ОТВЕТ РЕБЁНОК БУРКНЕТ ЧТО-ТО ВРОДЕ «СЕЙЧАС» И ПРОДОЛЖИТ СВОЁ ЗАНЯТИЕ. КАК БЫ МЫ НИ СТАРАЛИСЬ ОТВЛЕЧЬ РЕБЕНКА ОТ ГАДЖЕТОВ, ЧАСТО ДЕТИ ИСПОЛЬЗУЮТ КОМПЬЮТЕРЫ, СМАРТФОНЫ И ПЛАНШЕТЫ ДОЛЬШЕ, ЧЕМ СЛЕДОВАЛО БЫ. И, ВРОДЕ ВСЁ ПЕРЕПРОБОВАЛИ, А НЕ ОТПУСКАЕТ СЕТЬ РЕБЁНКА. ЧТО ЖЕ ДЕЛАТЬ В ПОДОБНЫХ СЛУЧАЯХ, КАК ВЕРНУТЬ СЫНА ИЛИ ДОЧЬ В РЕАЛЬНЫЙ МИР?

Скорее, к сожалению, но компьютеры прочно заняли одно из важных мест в нашей жизни. Количество поступающей информации растёт в геометрической прогрессии. Дети увлечены просмотром огромного количества мультфильмов. Становясь взрослее, наши дочери и сыновья начинают вести соцсети, играть в разнообразные игры и постепенно «переезжают» в реальность виртуальную. Мы, как родители, конечно же, стараемся вернуть детей в обычную жизнь, но не всегда получается сделать это так быстро, как хотелось бы.

Мы, родители, безусловно, желаем детям только самого лучшего. Многие из нас очень внимательно следят, чтобы дети с ранних лет дозированно пользовались электронными устройствами. Но, к сожалению, взрослея наши сыновья и дочери могут погрузиться в цифровой мир, и родители оказываются уже перед фактом сложившейся ситуации. По мнению врачей, тревогу надо объявлять уже тогда, когда время, проведённое детьми за компьютером, становится важнее, времени, проведённого в реальной жизни. Это уже болезнь, точнее говоря – зависимость. Есть несложный тест, благодаря которому можно понять, есть ли повод беспокоиться о том, что у Вас или у Вашего подростка появилась зависимость от гаджета или интернета.

Итак. Определите время, которое ребёнок будет проводить в сети. Допустим, час в день. И проверьте, насколько спокойно ваш сын или дочь завершают работу с гаджетами в условленное время. Какой результат? А было желание «посмотреть соцсети ещё» или пройти ещё уровень в игре? Если нет – примите наши поздравления, всё хорошо и никакой зависимости нет. Если же просьба закончить работу с компьютером получила негативный отклик, то пора принимать меры и начинать бой с зависимостью. И чем раньше его начать, тем выше шансы быстро вернуть ребёнку самое важное – здоровье. О том, как это сделать, мы поговорили с доктором медицинских наук, врачом-психотерапевтом *Львом Олеговичем Пережогиним*.

Лев Олегович, что же такое зависимость от интернета, от компьютера или прочих устройств?

Сейчас во всём мире нет критериев, определяющих, что такое интернет-зависимость. Поэтому каждый врач действует буквально на свой страх и риск. Дело в том, что формы этого типа зависимо-





стей развиваются раньше, чем их успевают исследовать. Например, когда я начинал работать с этой темой – это было в 2000 годах – была компьютерная зависимость, потом появились онлайн-игры, затем покупки, затем – социальные сети... То есть, интернет-зависимость развивается параллельно с технологиями.

Как поймать тот момент, когда просто забава перерастает в зависимость? Где та грань, которая разделяет здоровье и болезнь?

Как только появляется: «Ой, да ладно, ещё полчаса», а это перерастает в час, два и более, то уже процесс пошёл, маховик запущен. За этой стадией, если ничего не делать, неизбежно придёт более тяжёлая степень зависимости.

Если мама или папа договорились с сыном или дочкой, что на игру отводится час и затем надо отдать взрослому гаджет, время прошло, а подросток не может оторваться, то налицо признаки зависимости и это повод обратиться к врачу.

Основная ошибка родителей в том, что они обращаются за помощью к специалисту тогда, когда

зависимость уже очевидна. То есть, когда уже есть абстиненция (она же «синдром отмены». Процесс, когда у человека возникают негативные и неадекватные реакции из-за прекращения употребления алкоголя или иных веществ. В нашем случае – из-за отсутствия «виртуальной реальности» – прим. ред.). Хотел бы отдельно подчеркнуть, что в среднем первые признаки зависимости опережают абстиненцию на полтора года. Поэтому если родители увидели даже минимальный элемент неблагополучия – ребёнок не отдал вовремя смартфон или иной гаджет, то это повод принимать меры. То есть – идти к врачу.

Мне могут возразить, что подросток мог просто заиграться. Вот тут и я не соглашусь. Ребёнок уже с года может контролировать своё поведение. Да и родители должны следить за своим чадом. Если в его поведении что-то вас настораживает – неважно, что и как, но что-то настораживает, Вы обязаны обратиться к врачу.

Как родителям не допустить подобной проблемы?

Убеждён, что очень зря родители дают ребёнку планшет или другой гаджет, когда он сидит в коляске, или

включают телевизор и ребёнок бесконтрольно смотрит всё, что там идёт. На мой взгляд, лучше всего вообще вручать ребёнку цифровую технику лет в 12–13. Тогда у него уже есть осознание того, зачем ему это устройство.

Особо хочу заметить такую вещь, как поощрение ребёнка играть во всевозможных турнирах за какие-то материальные подарки или же «прокачивать» персонажа, которого создал ребёнок. Например, «я подарю твоему персонажу защиту, если ты три дня будешь мыть посуду». Вот такую позицию родителей я считаю крайне неразумной. Конечно, вы получите результат здесь и сейчас. Но какой ценой? А главное, что вы будете поощрять в ребёнке? Какие качества? Не будет ли это усиливать зависимость вашего ребёнка от игры? Ответ очевиден. Да и вообще, подобное поведение говорит о том, насколько в печальном состоянии находятся у нас знания родителей и насколько провалена нами, врачами, профилактическая работа.

Увы, есть случаи, когда степень зависимости у ребёнка уже очень велика. Он не отдаёт гаджет в условленный срок, родители на эмоциях отнимают этот самый гаджет, а ребёнок потом совершает попытку суицида. Вы же потом сами себе не простите, если попытка удастся.

Поэтому только своевременное обращение к специалисту поможет вам вытащить сына или дочь из этой зависимости. Идеальный вариант, конечно, чтобы были центры по работе с нехимическими зависимостями, но, увы, в России пока таких центров нет.

Что же делать с зависимостью?

Итак, родители поняли, что их сын или дочь уже «живёт» в сети. Тогда надо вместе с ребёнком пойти к психиатру. Он обследует пациента и даст заключение. Если есть абстинентный синдром, то назначают фармакотерапию, чтобы предупредить осложнения. Как правило, через 10–14 дней абстиненцию преодолевают.

Зарубежные и российские медикаментозные методы лечения диаметрально разнятся. Большинство препаратов, которые используются за рубежом, у нас запрещены. В России назначают антидепрессанты, блокаторы обратного захвата серотонина. Они разрешены с 6 лет. Конечно, у всякого лекарства есть побочные эффекты. Поэтому без врача назначать какие-либо препараты нельзя.

После фармакотерапии ребёнка передают психотерапевту, который, в свою очередь, собирает группу – в группе занятия эффективнее – и работает с ней месяца четыре. Это позволяет достичь хорошего результата.

Кстати, психотерапия реализуется везде по-разному. В Японии, например, детей отвозят в психотерапевтические лагеря. Там работают врачи-психотерапевты. Средний срок такой смены – 20 дней. Эффективность составляет процентов 40.

В Китае есть аналогичная практика. Но там «живут» от нескольких месяцев до трёх лет. Ремиссии, со слов китайских коллег, достигает до 95%, но просто за счёт того, что срок нахождения очень большой. Там люди учатся, трудятся. Честно говоря, чем-то напоминают советские ЛТП (лечебно-трудовые профилактики – прим. ред.).

Есть ещё когнитивно-поведенческая терапия. Но она отлично работает с подростками старшего возраста (лет 15–16). Когда человек сам приходит за помощью и готов выполнять задания психотерапевта.

Мне лично нравятся аутогенные тренировки. Они не ограничивают волю, они помогают не только что-то «запретить», но и добиться каких-то целей, они гармонизируют человека, расслабляют его. И отлично работают с детьми. А ещё они дают замечательный профилактический эффект.

Так почему возникает желание «посидеть за компьютером ещё»?

Любая зависимость определяется желанием «Хочу» и эффектом эйфории. Эдакого искусственного счастья. Без него не было бы и желания повторить, и, как следствие, не было бы зависимости. Это всё химия. Грубо говоря, мозг начинает вырабатывать синтетический опиат, и действует он точно так же, как героин и морфин. Поэтому изменения в мозге и в лимбической системе не случайно одинаковы как при химической зависимости извне, так и при зависимости от удовольствия от, допустим, игр в сети. Поэтому человеку и требуется помощь специалиста уже при первых признаках зависимости.

Однако родители, как правило, обращаются за помощью тогда, когда зависимость уже очевидна, когда есть состояние абстиненции — при «отлучении» ребёнка от компьютера или смартфона у ребёнка случаются истерики, трясутся руки и так далее. Повторю, что первые признаки зависимости опережают абстиненцию в среднем на полтора года. То есть, родители опаздывают с обращением к врачу на полтора года жизни своего ребёнка.

А как Вы думаете, нет ли в «виртуальности» некоего ухода в более лёгкую реальность?

XXI век – не только век информационных технологий, это ещё и время, когда мы всё чаще и чаще говорим о том, что не можем самостоятельно справиться с большим количеством сваливающихся на нас проблем. И единственная альтернатива – это системная государственная поддержка психического здоровья населения, просвещение родителей и поддержка в решении проблем. А для этого в шаговой доступности должен быть грамотный, профессиональный врач. Ведь болезнь всегда легче предотвратить, чем её лечить. Это я вам как врач говорю.

Беседовала:
Елена Кузнецова



Аудиоверсия текста



«ПОД КРЫШЕЙ ДОМА ТВОЕГО»

ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОСТРАНСТВА ДЕТСКОЙ КОМНАТЫ – ЭТО ВАЖНОЕ И ОТВЕТСТВЕННОЕ СОВМЕСТНОЕ ДЕЛО ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ. ПРОСТРАНСТВО, КОТОРОЕ НАС ОКРУЖАЕТ, НЕСЁТ ВОСПИТЫВАЮЩИЙ КОМПОНЕНТ И ВЛИЯЕТ НА ФОРМИРОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ. В ОДНОМ ПРОСТРАНСТВЕ НАМ ХОЧЕТСЯ СОЗДАВАТЬ, ЗАНИМАТЬСЯ ТВОРЧЕСТВОМ И РАСШИРЯТЬ СВОИ ГОРИЗОНТЫ, А БЫВАЮТ И ТАКИЕ МЕСТА, ГДЕ КАЖЕТСЯ, ЧТО СИЛЫ УХОДЯТ И ДЕЛАТЬ НИЧЕГО НЕ ХОЧЕТСЯ. ОСТАНОВИМСЯ НА КЛЮЧЕВЫХ МОМЕНТАХ, КОТОРЫЕ ВАЖНЫ ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ДЕТСКОЙ КОМНАТЫ.



В первые годы жизни ребёнка воспитывают родители, бабушки и дедушки, и пространство, которое его окружает – его дом. И чтобы пространство, окружающее ребёнка, стало помощником в воспитании, в одноименную программу (Программа воспитания дошкольных образовательных организаций – прим. ред.) ввели термин предметно-пространственная среда. Это непосредственное окружение, совокупность природных и искусственных пространств и их предметное наполнение, находящиеся в постоянном взаимодействии с человеком и изменяемые в процессе его деятельности. К нему можно отнести: ремонт комнаты (планировка, цветовая гамма и др.), мебель, в том числе книжные полки и перегородки, текстильное оформление (шторы, покрывала и другие текстильные элементы), элементы декора (статуэтки, рамки, кубки и другое), экологический компонент (наличие экологических решений и живых цветов) и другое.

Иными словами, те предметы, которые окружают ребёнка, должны помогать ему развиваться. Просто вспомните, как ведут себя ваши дети, когда находятся уютном помещении, где есть развивающие игрушки и звучит приятная музыка. Вот поэтому группы в детских садах всегда продуманы с этой точки зрения тоже. А мы решили рассказать, как сделать дома уютную детскую комнату, в которой ребёнку хотелось бы играть, спать, не испытывая страха, учиться, развиваться и вообще становиться лучше.

СОВЕТЫ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПРЕДМЕТНО-ПРОСТРАНСТВЕННОЙ СРЕДЫ

Удобство поддерживает познавательный интерес

В пространстве, в котором находится ребёнок, всё должно быть логично и удобно. Предметы надо расположить так, чтобы малыш мог дотянуться до любой игрушки или книжки. Ребёнку должно быть удобно «действовать» и «делать».

Часто в детском саду мебель «растёт» вместе с воспитанниками, а окружение группы меняется. Потому что даже рост меняет восприятие мира. Посмотрите на детскую комнату с высоты вашего ребёнка. Наблюдайте за ним: как он играет и живёт в комнате, даже ведущая рука (рисует правой рукой, поливает цветы – левой) влияет на организацию пространства.

Продумайте интерьер и зоны для разного вида занятий так, чтобы через год не пришлось переделывать детскую, ведь наши сыновья и дочери так быстро растут!

Порядок – основа повседневной культуры

Обговорите с ребёнком его ключевую деятельность — например, учёба, занятие творчеством, спорт — и определите место, где этим можно заниматься в комнате. Научите ребёнка систематизировать и хранить вещи, вместе решите, где будет место для книг, где для предметов творчества, где для игр и т. п.

Забота о здоровье

Рабочее место лучше размещать у окна, но если в комнате темно, добавьте дополнительное освещение над столом. В темноте напрягаются глаза, ребёнок быстро устаёт, у него снижается концентрация, а долгие занятия в темноте могут стать причиной ухудшения зрения. Солнечный свет и яркое пространство, напротив, положительно влияют на настроение. Только не перестарайтесь! Чрезмерная яркость тоже может «давить» на ребёнка.

Среда помогает становлению личности

Расположите на видном месте цели и ценности, которые могут мотивировать ребёнка на тот или иной вид деятельности, вдохновлять и поддерживать начинания. Это могут быть семейные фотографии с важных событий, мотивационная цитата или коллаж желаний.

Планирование как развитие мышления

Научите ребёнка планировать не только пространство, но и время. Можно использовать планеры, напоминания, будильники или написать (или нарисовать) список дел для того, чтобы ребёнок научился правильно распределять своё время.

Творчество через преобразование

Лишние вещи убирайте, меняйте интерьер, обновляйте пространство, делайте перестановку. Если у вас появляется «свободное место», у вас обязательно появится новая идея, как его наполнить! Может быть, это будет новое увлечение.

Эстетика в мелочах

Воспитывайте у ребёнка трудолюбие и желание соблюдать чистоту и порядок в комнате. Проводите генеральную уборку не реже, чем один раз в неделю. Учите хранить вещи на своих местах и поддерживать чистоту и порядок в комнате, на рабочем столе, в квартире. Это поможет систематизировать мысли и избежать прокрастинации.

Забота о себе и мире

Наполните комнату светом, зеленью и цветами, используйте экологичные и натуральные материалы в дизайне. Также научите ребёнка жить с заботой о природе и мире. Например, выключать



свет, если он не нужен, собирать макулатуру, бережно относиться к вещам или придумывать, как подарить предмету новую жизнь.

У ребёнка должен быть свой уголок, определённое место и территория, где он учится и занимается своим увлечением. Но комната ребёнка – это не отдельное государство, учите ребёнка делиться и жить вместе. Часто детям приходится делить территорию и предметы: находиться вместе в группе в детском саду, делить игрушки или сладости, жить в палатке на слёте или в комнате в лагере. О личных границах сейчас знает каждый школьник, а вот жить дружно умеет не каждый.

СОННОЕ ЦАРСТВО

В детской комнате важно уделять внимание месту для сна и для работы ребёнка. Для крепкого детского сна важно:

- подбирать мебель, а также матрас и подушку в соответствии с возрастом;
- использовать пастельную цветовую гамму в интерьере, при желании можно добавить яркие элементы, лучше съёмные или легко демонтируемые, чтобы их в любой момент можно было поменять;

- использовать натуральные материалы, отдавайте предпочтение, например, дереву или тканям;
- использовать шторы, которые не пропускают свет;
- какой бы модной и уютной комната не была, важно, чтобы в ней было чисто. Научите ребёнка соблюдать санитарные правила, менять постельное бельё и содержать кровать в чистоте. Важно, чтобы ребёнок не ел в кровати и, конечно, не хранил конфеты под подушкой;
- перед сном обязательно проветрить помещение;

- на ночь лучше почитать книгу или поговорить на спокойные темы, а смотреть телевизор или использовать гаджеты не стоит. Важно настроить ребёнка на крепкий сон;
- создать пространство для творческого мышления ребёнка и его фантазии: включите ночник «звёздное небо» и найдите созвездия или поиграйте в театр теней, придумайте узоры комнаты, рассмотрите предметы в комнате в свете луны и придумайте с ними добрую историю.

ЕСТЬ НАД ЧЕМ ПОДУМАТЬ: РЕБЁНОК НЕ ДОЛЖЕН ДЕЛАТЬ НИКАКИХ ЗАДАНИЙ, ЛЁЖА В КРОВАТИ. ЭТО НЕГАТИВНО ВЛИЯЕТ НА ЕГО ЗДОРОВЬЕ. НАУЧИТЕ ДЕТЕЙ ВЫПОЛНЯТЬ РАЗНЫЕ ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СПЕЦИАЛЬНО ОТВЕДЁННЫХ ДЛЯ ЭТОГО МЕСТАХ.

МНЕНИЕ ДИЗАЙНЕРА

Я бы использовала в интерьере детской светлую гамму, чтобы было ощущение света, воздуха, чистоты. Можно даже взять белый и его оттенки. Пусть это будет чистый лист, пространство для творчества. Если использовать более яркие тона, то лучше брать природные – голубой, зелёный, розовый,

жёлтый. Но я считаю, что их всё же следует чуть «приглушить» и разбавить серым.

Часто слышу, что это модно, но, на мой взгляд, он будет угнетать ребёнка. Конечно, можно разбавить серый и цветовыми акцентами, но это уже очень непростая задача для непрофессионала. Ведь надо соблюсти баланс между яркостью и спокойствием, так как много ярких пятен на сером фоне утомят ребёнка.

Пространство детской я рекомендую делать однотонным, а вот «разбавить» интерьер лучше разноплановой фактурой. Например, дерево, текстиль, любые рельефы, абстракции, которые сразу и не видны, но они есть. Их можно использовать на потолке или стенах, чтобы ребёнок рассматривал орнаменты, представлял какие-то образы и развивал образное мышление.

Обязательно продумайте освещение. Яркое – для рабочей зоны, приглушённое, тёплое – для обычного времяпрепровождения. Лучше использовать лампы накаливания, светодиоды могут «бить по глазам». Но тут всё зависит от личного восприятия.

Ещё один фактор. В интерьере детской надо организовать пространство так, чтобы ребёнку было удобно брать книжки или развивающие игрушки. Чтобы у малыша была возможность подойти и порисовать, выбрать книжку и её почитать. Если ребёнку что-то неудобно делать, то он с вероятностью в 90% не будет это делать.

Лучший вариант систем хранения в детской, на мой взгляд, это шкафы. Подбирайте их по росту ребёнка. Можно даже взять мебель, которая «растёт» вместе с ним. Понятно, что на верхние полки такого шкафа надо ставить то, чем ребёнок пользуется редко, но всё же систематизация вещей будет прививать детям желание держать свои вещи в порядке.

Автор текста:
Елена Столбова



Аудиоверсия текста



Алиса Бухарина,
дизайнер



БЕРЕГИ ОСАНКУ СМОЛОДУ

ССОХРАНЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ РЕБЁНКА — ГЛАВНАЯ ЗАДАЧА НЕ ТОЛЬКО ВРАЧЕЙ, НО И РОДИТЕЛЕЙ. НЕМАЛОВАЖНОЕ ЗНАЧЕНИЕ ДЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ ИМЕЕТ И ОСАНКА. О ПРОФИЛАКТИКЕ СКОЛИОЗА, ПРИЧИНАХ ИСКРИВЛЕНИЯ ПОЗВОНОЧНИКА, ПОЛЬЗЕ ПЛАВАНИЯ И ВРЕДЕ ПОПУЛЯРНЫХ ХОДУНКОВ РАССКАЗАЛ ВРАЧ-ОРТОПЕД АНДРЕЙ ПАНТЕЛЕЕВ.



Андрей Пантелеев,
кандидат медицинских наук,
хирург-вертебролог отделения
травматологии и ортопедии
Российской детской клинической
больницы РНИМУ
им. Н. И. Пирогова Минздрава
России

Сегодня у многих детей стоит диагноз сколиоз. Расскажите, в чём причина этого заболевания и как часто оно встречается?

— Это очень значительные цифры, сравнимые с самыми распространёнными детскими заболеваниями. По данным научных исследований, распространённость сколиоза у детей и подростков составляет от двух до пяти процентов. Подавляющее большинство сколиозов — идиопатические, то есть не имеющие чётко выявленной причины. Они обусловлены различными наследственными изменениями соединительной ткани.

Как понять, что у ребёнка сколиоз или другое заболевание опорно-двигательного аппарата? На что нужно обращать внимание и к какому врачу обращаться, если подозреваете что-то неладное?

— Родителям необходимо обращать внимание на походку и осанку детей. Также важно периодически самостоятельно осматривать ребёнка, когда он без одежды. Ведь чтобы выявить сколиоз, достаточно оценить линию остистых отростков (самые заметные части позвоночника — прим. ред.) в положении стоя и с наклоном вперёд. Если линия не прямая и имеет изгиб влево или вправо, нужно обязательно обратиться за консультацией к травматологу-ортопеду.

Чем опасен диагноз «сколиоз» для ребёнка? Всегда ли нужно его лечить? И если надо, то как?

— Только нескольким процентам пациентов со сколиозом на каком-то этапе жизни потребуется хирургическое лечение. Лишь незначительная часть таких сколиозов носит угрожающий для жизни характер. Ещё 10–15 процентам надо будет носить индивидуальный корсет или пройти курс специальной гимнастики. Но большинство детей со сколиозом в лечении не нуждаются.

Некоторые родители сами выбирают и покупают корректирующие корсеты с металлическими спицами, мол, это помогает ребёнку

держат спину прямо и не горбятся. Чем могут быть опасны такие корсеты, если они подобраны не специалистами?

— При лечении сколиоза эффективны только корсеты, изготовленные под индивидуальные параметры деформации конкретного пациента. Мало того, корсетное лечение требует постоянного наблюдения специалиста, а сам корсет периодически нужно менять. Кстати, многие стандартные корсеты, которые можно купить в магазине, в лучшем случае никак не повлияют на течение заболевания, но при длительном ношении они могут и привести к атрофии паравертебральной мускулатуры, а также ускорить прогрессирование сколиоза.

А есть ли какая-то профилактика сколиоза?

— Если не рассматривать сколиозы, возникающие на фоне оперативного лечения, травм или новообразований, предотвратить развитие сколиоза невозможно, так как все другие формы сколиозов обусловлены врождёнными нарушениями или генетической предрасположенностью. При этом своевременные и правильные действия родителей и самих маленьких пациентов могут позитивно повлиять на течение заболевания и ускорить выздоровление.

Организация рабочего места — важный аспект в формировании правильной осанки ребёнка.

Расскажите, на что стоит обратить внимание при выборе стола, стула и освещения, чтобы не испортить ребёнку осанку?

— Сейчас дети проводят всё больше времени в положении сидя, в связи с чем особенно актуален вопрос правильной организации рабочего места. Повышенная нагрузка на мышечную систему при неправильной осанке может приводить



к быстрой утомляемости, усталости, болям, мышечному дисбалансу, снижать концентрацию внимания. При наличии у ребёнка ортопедических заболеваний эти проблемы могут носить ещё более выраженный характер.

Для оптимальной организации рабочего пространства необходимо соблюдать несколько общих правил. Во-первых, стул должен быть таким, чтобы бёдра и стопы сидящего ребёнка располагались параллельно полу, при этом угол коленных суставов должен быть немного больше 90 градусов. Ни в коем случае нельзя сидеть с ногами на стуле — такая поза сильно увеличивает нагрузку на поясничный отдел позвоночника.

Во-вторых, высота стола должна быть подобрана так, чтобы плечевые суставы были расслаблены, а предплечья свободно лежали на столе. Кистевые суставы долж-

ны иметь нейтральное положение, очень важно избегать их чрезмерного разгибания.

В-третьих, клавиатуру и мышь нужно подбирать в соответствии с нормативами эргономичности, эти данные, как правило, указаны на упаковках, а верх монитора должен быть немного выше уровня глаз. Если же ребёнок работает с планшетом или книгой, желательно их устанавливать на специальную подставку. Самое главное — избегать наклона головы во время длительных занятий, так как нагрузка на шейный отдел позвоночника увеличивается в несколько раз при наклоне головы всего на 40—50 градусов. Спина должна быть ровной, лучше облакачиваться на спинку стула во время работы. И конечно, рабочее место всегда должно быть в достаточной степени освещено, чтобы максимально снизить нагрузку на зрение.

Подросток стал сутулиться, хотя раньше с осанкой проблем не было. Что делать?

— Сутулость, как правило, не является ортопедической патологией. Чаще всего нарушение осанки обусловлено поведенческими факторами — психологическими особенностями ребёнка, низкой физической активностью, сидячим образом жизни, постоянным использованием компьютера и других гаджетов. Соответственно, для улучшения осанки желательно ограничивать воздействие этих факторов и повышать уровень физической активности подростка. В редких случаях выраженное ухудшение осанки может быть вызвано формированием патологического кифоза на фоне болезни Шейермана-Мау. Яркая отличительная особенность этого заболевания — значительное усиление кифоза (небольшого горба в верхней части спины – прим. ред.) при наклоне вперёд.



ПЛАВАНИЕ — САМЫЙ УДАЧНЫЙ ВЫБОР ВИДА ФИЗИЧЕСКОЙ АКТИВНОСТИ В ЛЮБОМ ВОЗРАСТЕ.



Многие молодые родители используют ходунки для малышей, так как это очень удобно. Насколько они безопасны для ребёнка?

— Мы не рекомендуем использовать ходунки, несмотря на их очевидное удобство для родителей. Дело в том, что ходунки могут оказывать отрицательное влияние на формирование скелета — приводить к неправильной постановке стопы, диспластическим изменениям в тазобедренных суставах, нефизиологичному формированию поясничного лордоза и грудного кифоза. Это уже не говоря о том, что именно ходунки становятся довольно частой причиной травм ребёнка.

В последние годы многие спорят на тему безопасности самокатов и беговелов. Скажите, не вредно ли для позвоночника их использование?

— Как и ходунки, беговелы и самокаты могут отрицательно сказаться на развитии опорно-двигательного аппарата. Конечно, во всём нужна мера и не нужно полностью лишать ребёнка удовольствия прокатиться «с ветерком», но обязательно напоминайте детям про шлем и старайтесь чередовать самокаты, беговелы, ходьбу и бег. А также следите, чтобы

ребёнок менял толчковую ногу при езде на самокате.

Правда ли, что плавание может помочь ребёнку в решении некоторых проблем со здоровьем, например, с тем же сколиозом?

— Плавание — самый удачный выбор вида физической активности в любом возрасте. Занятия в воде оказывают равномерную нагрузку на все отделы опорно-двигательного аппарата. Плавание способствует гармоничному развитию мускулатуры и дыхательной системы, тренирует выносливость и нормализует мышечный тонус.

А какие ещё виды спорта можно отнести к «удачным», кроме плавания?

— При выборе вида спорта в первую очередь нужно руководствоваться интересом ребёнка. С точки зрения здоровья опорно-двигательного аппарата, конечно, наименее предпочтительными являются травмоопасные виды спорта, особенно подразумевающие высокие осевые нагрузки, например, различные единоборства или тяжёлая атлетика. Помимо плавания, мы можем порекомендовать гребной спорт, велоспорт (не экстремальный), лыжи и скалолазание.

НЕ МЕНЕЕ АКТУАЛЬНАЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ТЕМА – ПЛОСКОСТОПИЕ. НА ВОПРОСЫ, СВЯЗАННЫЕ С ЭТИМ ОРТОПЕДИЧЕСКИМ ЗАБОЛЕВАНИЕМ, МЫ ПОПРОСИЛИ ОТВЕТИТЬ ТРАВМАТОЛОГА-ОРТОПЕДА АЛЕКСАНДРА САУТЕНКО.

Александр Александрович, скажите, какое количество детей сталкиваются с этой проблемой и откуда она берётся?

— Плоскостопие — одно из наиболее распространённых ортопедических нарушений у детей, которое, как и сколиоз, развивается на фоне общей дисплазии соединительной ткани. В то же время умеренные формы плоскостопия обусловлены ношением неправильной обуви с плоской подошвой и недостаточной физической активностью ребёнка.

Очень часто малыши учатся ходить по дому босиком. Нормально ли это или всегда нужно надевать специальную обувь?

— Ношение обуви дома необязательно, если нет серьёзной ортопедической патологии. Мы рекомендуем детям ходить дома даже без носков, так как это обеспечивает большую устойчивость при ходьбе и стимулирует тактильные рецепторы подошвенной поверхности стоп.

Сегодня в любом детском или интернет-магазине можно увидеть резиновые коврики с рельефной поверхностью. Полезны ли они для ребёнка?

— Коврики с рельефной поверхностью имитируют естественные природные условия окружающей среды, к которым в процессе эволюции адаптировались наши предки. Ходьба по таким коврикам обеспечивает наиболее физиологичное развитие, улучшает координацию движений и способствует улучшению кровообращения в стопах. При выборе такого коврика нужно стремиться к разнообразию рельефа поверхностей и, конечно, избегать изделий из материалов сомнительного качества.

Зачастую детям назначают массажи. Скажите, поможет ли массаж справиться с плоскостопием или сколиозом?

— Массаж в первую очередь направлен на устранение мышечного дисбаланса и улучшение кровообращения мягких тканей. Мы рекомендуем проводить детям курсы массажа хотя бы два-три раза в год. К сожалению, как единичная мера, массаж неэффективен в отношении коррекции плоскостопия или сколиоза, но полезен в комплексном лечении.



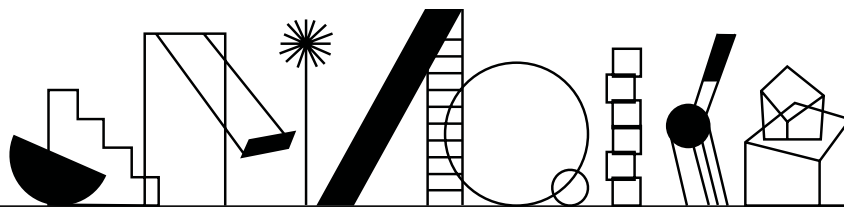
Александр Саутенко,
кандидат медицинских наук,
травматолог-ортопед отделения
травматологии и ортопедии
Российской детской клинической
больницы РНИМУ
им. Н. И. Пирогова Минздрава
России

Беседовала:
Мария Драгушина



Аудиоверсия текста





СЕЗОННАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ: ОСЕНЬ

ОСЕНЬ. НАЧИНАЕТСЯ НОВЫЙ УЧЕБНЫЙ ГОД, МЫ ВОЗВРАЩАЕМСЯ ИЗ ОТПУСКОВ, НА УЛИЦАХ СТАНОВИТСЯ БОЛЬШЕ МАШИН, ЛЮДЕЙ И, УВЫ, ОПАСНОСТЕЙ, КОТОРЫЕ ПОДСТЕРЕГАЮТ НАШИХ ДЕТЕЙ. НО ПРЕДУПРЕЖДЁН – ЗНАЧИТ ВООРУЖЁН, ПОЭТОМУ ДАВАЙТЕ ВСПОМНИМ ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА, ЧТОБЫ НЕ ПОПАСТЬ В НЕПРЕДВИДЕННУЮ СИТУАЦИЮ.



Перед началом учебного года необходимо вспомнить самим и повторить с детьми правила дорожного движения и безопасного поведения на дороге.

БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГЕ

1. Ещё раз проговорите с ребёнком правила безопасного перехода проезжей части дороги. Расскажите ему, что необходимо переходить дорогу только по пешеходному переходу и на зелёный сигнал пешеходного светофора, убедившись в безопасности.
2. Если пешеходный переход не регулируется светофором, то здесь нужно быть особенно внимательным. Напомните ребёнку, что он сначала должен пропустить все транспортные средства. Акцентируйте внимание на то, что за крупными автомобилями и автобусами могут быть не видны другие машины или мотоциклы. Только убедившись в том, что переход свободен и безопасен, можно идти по «зебре». Используйте правило: Стой. Смотри. Слушай. Думай. Иди.
3. Научите ребёнка понимать знаки регулировщика. Движение пешеходов разрешено со стороны левого и правого боков, если у регулировщика руки вытянуты в стороны или опущены; а также разрешено переходить дорогу за спиной регулировщика, когда его правая рука вытянута вперёд.
4. В непогоду по мокрому асфальту идти труднее – можно поскользнуться, упасть, получить травму. Всё это надо учитывать при переходе дороги. Главное – не спешить!
5. В темноте в непогоду нелегко и водителям – свет автомобильных фар отражается в лужах, на мокром асфальте и дезориентирует шофёра. Поэтому очень важно, чтобы родители помнили о световозвращающих элементах. Прикрепите их на одежду, головной убор, портфель, ранец, сумку вашего ребёнка и водитель увидит его. Если ничего подобного нет, то пусть ребёнок использует фонарик, освещая себе дорогу.

ЦИФРОВАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Что же, правила движения вы повторили, и конечно, применяете их в жизни. Это замечательно. До школы и из школы ребёнок добрался без проблем. Но квест «Победи опасность» продолжается. Итак, ребёнок вернулся домой. Конечно же, поел. И... Да, полез в интернет. Разумеется, в поисках докладов, рефератов и прочей полезной информации к урокам. Нет, конечно же, не поболтать в мессенджерах или соцсетях. Конечно, нет. Только учёба! Всё это, разумеется, ирония, но вот родителям важно помочь своему ребёнку и научить его проводить время в сети безопасно как через домашний компьютер, так и в телефоне. Мы предлагаем несколько советов по тому, как обезопасить ребёнка.



1. Настроить родительский контроль (ограничить экранное время, установить фильтры на поисковую выдачу и контент, получать отчёты об активности).
2. Включить службы геолокации (поможет в случае необходимости узнать, где находится ребёнок или в случае кражи телефона, удастся его скорее найти).
3. Помочь ребёнку установить пароль (предотвращение взлома личных страниц и утечки данных).
4. Рассказать о правилах поведения в интернете и сетевом этикете (в том числе рассказать про кибербуллинг и мошенничество).

Если же дети проводят в сети больше времени, чем обговорено, то есть смысл задуматься о том, нет ли у ребёнка интернет-зависимости. Тест на определение зависимости и что делать, если она всё же есть, читайте в нашем журнале.

БЕЗОПАСНОСТЬ НА ПРОГУЛКЕ

С сетевыми опасностями разобрались. И наш ребёнок отправился погулять с друзьями на свежий воздух. Что может быть лучше активных игр на свежем воздухе! Но мы же помним себя в детстве? То-то и оно. Хоть купальный сезон и закончился, вода так и манит к себе. Хочется покормить уточек, понаблюдать за рыбками, а в период заморозков проверить замёрзла ли вода. Во всём этом таится опасность, ведь увлёкшись, ребёнок может провалиться



под воду, а это, в свою очередь, может привести к травмам, переохлаждению, простуде и другим последствиям.

Поэтому не оставляйте детей без присмотра во время прогулок у водоёмов, а подросткам напомните правила безопасности и самое главное, расскажите о последствиях, которые могут произойти из-за их невнимательности или бравады.

Помимо водоёмов, опасность представляют опавшие листья. Да-да, те самые, симпатичные листики, с которыми у каждой девочки по осени миллионы фотографий. Так вот, эти листочки отлично горят. А если сухие – так вообще в момент могут перерасти в сильный пожар. Тогда без экстренных служб будет не обойтись. Поэтому, во избежание несчастных случаев, проверьте, знает ли ребёнок телефоны пожарной службы. А заодно полиции, скорой помощи и, если у вас газовое снабжение, службы газа. И конечно, не забыл ли он, чей телефон 112.

БЕЗОПАСНОСТЬ В ДОМЕ

Опасности могут подстергать детей как на улице, так и дома. Воспитывайте у ребёнка дисциплину и учите жить в безопасности. Лучше, разумеется, личным примером. Но и родительский ненавязчивый контроль ещё никто не отменял. Ведь дети не могут в полной мере нести ответственность за свои поступки и взрослым важно рассказать, объяснить, научить своего ребёнка безопасному поведению дома.

1. Не оставляйте маленьких детей без присмотра дома, а подросткам расскажите, как себя вести, чтобы не было плачевных последствий.
2. Ставьте предметы домашнего обихода так, чтобы детям было либо удобно и безопасно добраться до них самостоятельно, либо они не могли использовать их совсем, чтобы избежать травм.
3. Закрывайте доступные розетки специальными приспособлениями.
4. Все предметы, потенциально несущие угрозу здоровью и жизни ребёнка (утюг, медикаменты, колющие и режущие предметы, бытовая химия и т. д.) должны храниться в недоступном для детей месте.
5. Дома на видном месте всегда должны быть номера телефонов экстренных служб, чтобы в случае необходимости ребёнок мог позвонить и позвать на помощь. Важно научить детей, что именно надо говорить, когда звонишь в экстренную службу (своё имя, что случилось, где случилось, кому требуется помощь).

БЕРЕЖЁМ ЗДОРОВЬЕ

А закончить этот материал хотелось бы некоторыми рекомендациями о том, как избежать осенних ОРВИ (острая респираторная вирусная инфекция – прим. ред.).

1. Делайте влажную уборку и проветривайте квартиру.
2. Вводите в рацион продукты, содержащие много витамина С.
3. Спите по 8–10 часов в сутки, в зависимости от возраста.
4. Тщательно мойте руки с мылом.
5. Тщательно мойте овощи и фрукты.
6. Ежедневно гуляйте на свежем воздухе и делайте физические упражнения.
7. Следите за режимом дня ребёнка (да и своим, кстати, тоже).
8. Пейте не менее двух литров воды в день.

Соблюдая эти несложные правила безопасности, мы сохраняем жизнь и здоровье наших детей, приучаем их к самостоятельности и формируем привычки безопасного поведения. А заодно и воспитываем гармонично развитого человека.

Автор текста:
Анастасия Львова



Аудиоверсия текста

РУКАМИ ТРОГАТЬ, НА КНОПКИ НАЖИМАТЬ!

ОЧЕНЬ ВАЖНО, ЧТОБЫ ДОСУГ РЕБЁНКА ПОМОГАЛ ЕМУ РАЗВИВАТЬСЯ. ИМЕННО ПОЭТОМУ В НАШЕЙ СТРАНЕ СОЗДАЁТСЯ МНОГО РАЗНООБРАЗНЫХ ПЛОЩАДОК, ГДЕ ДЕТИ МОГУТ НАЙТИ СЕБЕ ЗАНЯТИЕ ПО ИНТЕРЕСАМ, А ТАКЖЕ УЗНАТЬ О РАЗНООБРАЗНЫХ НОВИНКАХ В НАУКЕ, ТЕХНИКЕ, КУЛЬТУРЕ И ДРУГИХ ОТРАСЛЯХ. И ЭТО НЕ ПРОСТО СКУЧНЫЕ СЛОВА, ЭТО ЛЕКЦИИ, ЭКСКУРСИИ, КРУЖКИ, НА КОТОРЫЕ ДЕТИ ХОДЯТ С ОГРОМНЫМ УДОВОЛЬСТВИЕМ, ВЕДЬ "МУЗЕЙНЫЕ ЭКСПОНАТЫ" МОЖНО ТРОГАТЬ. А ДЕТИ И РОДИТЕЛИ ПРЕВРАЩАЮТСЯ ИЗ ОБЫКНОВЕННЫХ ЗРИТЕЛЕЙ В ХУДОЖНИКОВ, УЧЁНЫХ ИЛИ ЭКСПЕРИМЕНТАТОРОВ. ДЛЯ ВАС МЫ ПОДГОТОВИЛИ ПОДБОРКУ ИНТЕРАКТИВНЫХ МУЗЕЕВ ИЗ РАЗНЫХ ФЕДЕРАЛЬНЫХ ОКРУГОВ, В КОТОРЫХ МОЖНО НЕ ТОЛЬКО ОСМАТРИВАТЬ ЭКСПОНАТЫ, НО И ДЕЛАТЬ ЧТО-ТО СВОИМИ РУКАМИ.



ЦЕНТРАЛЬНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ

ЭКСПЕРИМЕНТАНИУМ

Самый интерактивный и часто посещаемый музей Москвы — «Экспериментаниум». В нём представлена интерактивная экспозиция, которая охватывает основные области естественных наук. В основном, конечно, это касается физики и химии. Поэтому, если надо дать ребёнку представление о том, что это за науки такие, или же помочь вашему школьнику что-то объяснить более подробно из учебной программы — то этот музей как раз то, что нужно. В каждом зале находятся экспонаты, которые не только можно, но и нужно трогать: изучать, вращать, включать, переставлять, скакать и даже кричать.

Музей расположен на четырёх этажах и разделён на разные залы, в зависимости от того физического явления, который он представляет. В зале «Акустика» находится всё, связанное со звуком: здесь дети узнают, что такое физика звука, почему музыкальные инструменты звучат так, а не иначе, можно даже увидеть звук своими глазами.

В зале «Оптика» представлены эксперименты, связанные со светом и оптическими иллюзиями.

В зале «Магнетизм» можно почувствовать себя настоящим магом, вы сможете заставить магнит лететь, делать узоры из магнитной стружки и проявлять магнитное облако.

Сегодня мы не можем представить свою жизнь без электричества. Сила и мощь этого явления может быть исследована в зале изучения электрического тока.

В «Головоломках» представлены конструкторы, пазлы и ребусы, над которыми придётся попотеть даже взрослым.

В зале «Механики», между прочим, это одна из наиболее важных областей физики, можно самостоятельно провести опыты и узнать, как механика меняет нашу жизнь.

В дни школьных каникул в музее проходят научные развлекательные шоу и мастер-классы по химии и физике. Также разработаны программы для детей с нарушением слуха или зрения, расстройством аутистического спектра, синдромом Дауна.

Посещение музея можно приурочить к Дню знаний (1 сентября) или просто сделать наглядным дополнением к урокам.

Познакомиться с расписанием и программами можно на сайте: <https://experimentanium.ru>

Познакомиться с ценами и расписанием можно на сайте: <https://experimentanium.ru>

ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МУЗЕЙ ИСТОРИИ КОСМОНАВТИКИ ИМЕНИ К. Э. ЦИОЛКОВСКОГО В КАЛУГЕ



ГМИК им. К. Э. Циолковского

Государственный музей истории космонавтики имени К. Э. Циолковского в Калуге — первый в мире и крупнейший в России музей космической тематики, созданный при непосредственном участии учёного-конструктора космической техники Сергея Королёва и первого космонавта Земли Юрия Гагарина.

Тех, кто хочет быть ближе к звёздам, ждут 3D-кинотеатр, интерактивный образовательный центр, научно-приключенческий комплекс «Космическое путешествие» с имитацией эффектов космического полёта и мультимедийный комплекс «Интерактивная планета». Желающим изучить астрономию с Земли можно зайти в астрономическая обсерваторию. Здесь идут наблюдения за Солнцем, Луной, планетами и другими объектами небесной сферы, включая искусственные спутники Земли. Обсерватория оснащена оборудованием, которого нет ни в одном музее России. Здесь можно наблюдать объекты не только околоземного пространства, но и дальнего космоса.

В уютном планетарии проводятся лекции и программы для взрослых и детей с использованием захватывающих визуальных эффектов. Дошкольникам и школьникам первого класса рассказывают и показывают, кто такие космонавты, куда прячутся Солнце и Луна. Ребятам постарше знакомят с движением Земли, солнечной системой и чёрными дырами.

Посещение музея — отличный вариант внеурочной работы для детей из разных уголков нашей страны, который можно посвятить Дню космонавтики (12 апреля).

Познакомиться с расписанием и программами можно на сайте: <https://gmik.ru>

СЕВЕРО-ЗАПАДНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ

МУЗЕЙ МИРОВОГО ОКЕАНА В КАЛИНИНГРАДЕ

Музей Мирового океана с лёгкостью докажет, что география – самая захватывающая наука. Школьники, вместе с научными сотрудниками музея, «проплывут» маршрутом рейса научно-исследовательского судна «Дмитрий Менделеев», во время которого юные исследователи узнают о скульптурном убранстве корабля в традициях разных стран, отправятся в «экспедицию» по культурным ландшафтам Индии, увидят предметы, из-за которых рисковали жизнью мореплаватели эпохи Великих географических открытий. Участники музейных квестов с компасом в руках смогут исследовать открытую территорию Набережной исторического флота и получить призы.

Музей, совместно с русским географическим обществом, проводит «НЕуроки географии», чтобы рассказать о культурном наследии России, её историческом пути, традициях и обычаях. Посещение музея может стать логичным продолжением занятия «Разговоры о важном» по теме: «Там, где Россия». Поскольку это совсем не урок, а скорее интерактивная игра, обучение проходит весело, и дети максимально в него включаются.

Музей Мирового океана — первый в России комплексный маринистический музей. В музее представлены экспозиции, посвящённые судоходству, морской флоре и фауне, геологии и гидрологии мирового океана. В новом здании музея — шаре, имитирующем нашу планету, юных исследователей ждут залы с различными экспозициями, лаборатории воздуха и воды, технологий, космоса и Земли. Уже в этом году планируется открыть уникальную библиотеку, разместить в куполе 29 аквариумов, объёмом более тысячи «кубов».

Юные посетители музея узнают всё об океане, получают сведения о планете в режиме онлайн, пройдут через огромные морские аквариумы, посетят кинопланетарий, обсерваторию, станут участниками интерактивных занятий и смогут потрогать большую часть экспонатов своими руками.

Посещение музея можно приурочить ко Дню защиты животных (4 октября) или ко Всемирному дню Земли (22 апреля).

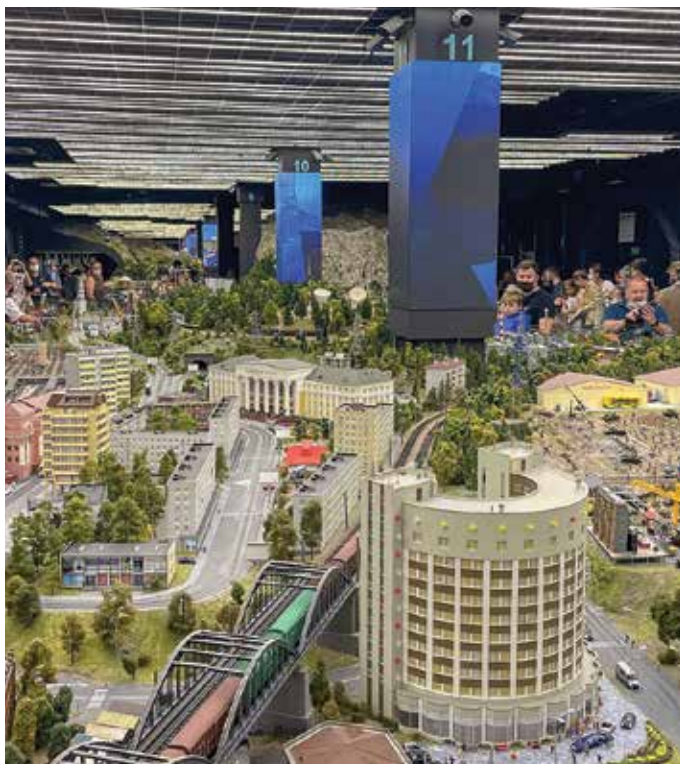
Со всей основной информацией и расписанием лекций и экскурсий можно познакомиться на сайте: <https://world-ocean.ru>



Экспозиционный корпус «Планета Океан»

МУЗЕЙ «ГРАНД МАКЕТ» В САНКТ-ПЕТЕРБУРГЕ

Один из самых посещаемых музеев Санкт-Петербурга — «Гранд макет». Здесь можно посмотреть на собирательные образы регионов России от Калининграда до Камчатки. Это поможет понять, насколько велика наша страна. Экскурсия по этой экспозиции поможет ребёнку запомнить крупные города России и их положение на карте. Музей представляет собой макет, выполненный в масштабе 1:87, площадью 800 м², и по праву считается самым большим макетом России в мире.



Самый большой макет России в мире

Экспозицию создавали в течение пяти лет многие творческие и технические специалисты. На поле представлены образы различных городов и регионов России, содержатся сценки из жизни и деятельности человека. На макете постоянно движутся автомобили, снуют по хитроумным маршрутам поезда. Около 200 составов ежедневно проезжают две с половиной тысячи метров. И всем этим зрители могут управлять самостоятельно.

Световая инсталляция, установленная над конструкцией, каждые пятнадцать минут меняет время суток. Море огней загорается и гаснет, создавая невероятный эффект смены дня и ночи.

Помимо продуманной для малышей и посетителей с ограниченными возможностями инфраструктуры, сотрудники озаботились и воспитанием творческих способностей и закреплением знаний маленьких посетителей.

Ученики начальной школы в игровой форме знакомятся с достопримечательностями и памятниками архитектуры, а интерактивные элементы его дополняют. Программа подходит для первого посещения экспозиции музея.

Школьники старшей и средней школы могут пройти игру-путешествие, которая носит профориентационную направленность. Маршрутные листы с элементами ребусов и загадок позволяют проявить активность и творческие способности в ходе занятия о профессиях, отражающих своеобразие различных регионов России.

Посещение музея можно приурочить к Международному дню музеев (18 мая).

Если вы хотите с удивлением и восторгом воскликнуть: «Как вообще это можно было сделать?», покупайте билеты на сайте: <https://grandmaket.ru>

ПРИВОЛЖСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ

ИСТОРИЧЕСКИЙ ПАРК «РОССИЯ — МОЯ ИСТОРИЯ» В НИЖНЕМ НОВГОРОДЕ

Уже с 1 сентября старшеклассники начнут учиться по новому учебнику истории. Как превратить изучение предмета в яркое и интерактивное пространство, где события и герои оживают и ведут увлекательное и объективное повествование?

Благодаря создателям парка, художникам, дизайнерам, режиссёрам, техническим специалистам посетители исторического парка смогут почувствовать себя участниками событий тысячелетней давности, прикоснуться к истории своей страны.

В историческом парке представлены все новейшие формы информационных носителей: сенсорные столы и экраны, многозальный кинотеатр, световые кубы, коллажи, проекторы. Визуальные решения мультимедийных экспозиций во многом новаторские, созданы с использованием приёмов: видеоинфографики, анимации, 3D-моделирования, цифровых реконструкций.

К юбилею Нижнего Новгорода исторический парк «Россия — моя история» запустил для школьников и их родителей четыре новые экскурсии:

- «История Макарьевской-Нижегородской ярмарки» расскажет о небольшом участке на Волге, где тысячи и тысячи купцов со всей страны теряли и снова наживали состояния, куда приезжали писатели и художники, чтобы хоть одним глазком взглянуть на знаменитую Нижегородскую ярмарку.
- Специально к 800-летию Нижнего Новгорода музей подготовил увлекательный рассказ о выдающихся нижегородцах, которые повлияли на развитие города и региона. И это не просто сухие биографии, это рассказ о городе, его развитии, и конечно, о том, как хранит он память о тех, кто сделал его имя известным на всю страну.
- «Каменный страж: восемь веков истории нижегородской крепости». Экскурсия покажет и расскажет тайны

и секреты древней истории, связанные с проектированием, возведением и обустройством нижегородской достопримечательности — Нижегородского Кремля.

- Историю России творили взрослые мужчины и женщины, и все они были родом из детства, но не обыкновенного, а царского. И то, чему их учили в начале жизни, — прямо или косвенно отразилось на истории России. На экскурсии «Детство во дворце» юные посетители смогут сравнить своё детство с детством царей из династии Романовых.

Посещение музея можно приурочить ко Дню России (12 июня), ко Дню славянской письменности и культуры (24 мая) или, например, ко Дню русского языка (6 июня).

Всю необходимую информацию можно найти на сайте: <https://myhistorypark.ru>

ЮЖНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ

МУЗЕЙ-ЗАПОВЕДНИК «СТАЛИНГРАДСКАЯ БИТВА» В ВОЛГОГРАДЕ



Музей напоминает о зверствах фашизма

Музей был основан на историческом месте и расположен на двух уровнях — на первом находятся 8 залов музея, фондохранилище и административный корпус. На крыше возведена ротонда панорамы.

На центральной площади размещается постоянная экспозиция образцов боевой техники, также неподалёку находятся: руины мельницы им. Грудицина, «Стена Родимцева», «Дом Павлова», памятник морякам Волжской Военной Флотилии. Все эти объекты являются достопримечательностями Волгограда и исторической памятью, объектом культурного наследия. Очень часто об этих событиях говорят в рамках «Разговоров о важном». Но, как говорится, лучше один раз увидеть, чтобы понять, какой ценой досталась нам победа над фашизмом. И если нет возможности приехать в этот музей, то на его сайте есть виртуальная экскурсия. Тоже очень впечатляет.

К 70-летию Победы экспозиция была полностью модернизирована. Современные мультимедийные технологии «оживили» события героической обороны города.

Анимированный макет города позволит увидеть на гипсовом полотне подробную историю битвы за Сталинград: полномасштабные картины мирной довоенной жизни сменяются сценами боёв, перемещений Красной армии, высадкой десанта и бомбардировкой 23 августа 1942 года.

Посещение музея можно приурочить ко Дню разгрома советскими войсками немецко-фашистских войск в Сталинградской битве (2 февраля).

Самостоятельную интерактивную экскурсию можно пройти по ссылке: <https://panorama.stalingrad-battle.ru>

УРАЛЬСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ ОКРУГ

МУЗЕЙ «СДЕЛАНО В СССР» В ЕКАТЕРИНБУРГЕ

Музей «Сделано в СССР», как машина времени, перенесёт посетителей во времена недалёкого, но такого другого прошлого и продемонстрирует самые яркие моменты и предметы советского быта. Духи «Красная Москва», патефон, бобинный магнитофон, пластинки с популярными в ту пору песнями, значки и противогазы и много других экспонатов посетители смогут не только рассмотреть вблизи, но и взять в руки, ощутив неповторимый дух советской эпохи.

Экскурсия в этот музей станет отличным помощником в понимании того, что же такое советская эпоха, поможет ребёнку увидеть, как жили его бабушки и дедушки, узнать, какие профессии были востребованы несколько десятилетий назад, и какие производства развивались в СССР. Что будет хорошим подспорьем для уроков истории и обществознания.

Можно примерить школьную форму и пионерский галстук, сделать уроки в комнате советской семьи, полистать журналы мод 50-х годов в уютном кресле пенсионерки и, конечно же, сделать несколько фото на фоне ковра на стене. А можно сфотографироваться с Лениным в «красном уголке».



Типичные послания продавцов эпохи СССР



Фотозона музея «Сделано в СССР»

В музее также можно стать участником квеста «Лаборатория разведчиков СССР» и отправиться на поиск секретного ящика с кладом, который оставили в музее много-много лет назад. Чтобы добыть клад, нужно справиться с непростыми, но весёлыми заданиями, найти подсказки в музее и отгадать заветный код от чемодана с ценностями.

Желающим более спокойного отдыха рекомендуем принять участие в мастер-классах по рисованию акриловыми красками на холсте или на советской виниловой пластинке. Во время практикума под руководством опытных преподавателей каждый ребёнок создаст своё произведение и заберёт его домой.

Посещение музея можно приурочить к Международному дню музеев (18 мая).

Расписание и цены можно узнать на сайте:

<https://ural-madeinussr.ru>

Автор текста:
Екатерина Минак



Аудиоверсия текста



Примерный календарь
воспитательной работы

ВЕРНОСТЬ ИДЕАЛАМ

28 ОКТЯБРЯ ИСПОЛНЯЕТСЯ 115 ЛЕТ СО ДНЯ РОЖДЕНИЯ ЛИДИИ ИЛЬНИЧНЫ БОЖОВИЧ, ВЫДАЮЩЕГОСЯ ПЕДАГОГА, ПРОФЕССОРА, ДОКТОРА ПЕДАГОГИЧЕСКИХ НАУК. ДЕЛОМ СВОЕЙ ЖИЗНИ ОНА ВЫБРАЛА ДЕТСКОЮ ПСИХОЛОГИЮ. ЗА ДОЛГИЕ ГОДЫ РАБОТЫ БОЖОВИЧ ИЗДАЛА МНОЖЕСТВО НАУЧНЫХ ТРУДОВ, ПОСВЯЩЕННЫХ ДЕТСКОЙ МОТИВАЦИИ, РАЗВИТИЮ САМООЦЕНКИ РЕБЁНКА, УСЛОВИЯМ РАЗВИТИЯ ГАРМОНИЧНОЙ ЛИЧНОСТИ, ПРОБЛЕМАМ ФОРМИРОВАНИЯ ВОЛИ. И ХОТЯ ПРИ ЖИЗНИ ЕЁ РАБОТА НЕ БЫЛА ОТМЕЧЕНА НАГРАДАМИ И ПРИЗНАНИЕМ, СРЕДИ КОЛЛЕГ ОНА ПОЛЬЗОВАЛАСЬ ОГРОМНЫМ АВТОРИТЕТОМ. ОТКРЫТИЯМИ И РАЗРАБОТКАМИ ЛИДИИ БОЖОВИЧ ПО СЕЙ ДЕНЬ ПОЛЬЗУЮТСЯ ПЕДАГОГИ И РОДИТЕЛИ.

НАСТАВНИК, ОПРЕДЕЛИВШИЙ НАУЧНЫЕ ОТКРЫТИЯ

Лидия Ильинична родилась в городе Курске, поступила в Московский государственный университет им. М. В. Ломоносова и уже на втором курсе выполнила первое экспериментальное исследование. А чуть позже студентка Божович будет защищать диплом. Научным руководителем её работы станет сам Лев Выготский. Этот союз окажется долгим. Выготский считал Божович своей любимой ученицей и соратницей, а она его своим наставником. Научное сотрудничество Л. И. Божович с Л. С. Выготским продолжалось

и после университета, вплоть до самой смерти Льва Семеновича. Всю профессиональную жизнь Лидия Ильинична будет отстаивать идеи своего учителя. Даже последняя её работа будет посвящена памяти Л. С. Выготского.

В лаборатории, где работала Божович, всегда царила незабываемая рабочая атмосфера — ощущение истории, творчества, научной школы Л.С. Выготского. Молодые лаборанты и сотрудники могли почувствовать и узнать, как зарождались те идеи, последователями которых они были.



ОДНОЙ ИЗ САМЫХ ВАЖНЫХ СОСТАВЛЯЮЩИХ ПРОФЕССИИ ПЕДАГОГА ЛИДИЯ БОЖОВИЧ СЧИТАЛА ЛИЧНУЮ ВОВЛЕЧЁННОСТЬ.

КТО ОН, ХОРОШИЙ ПЕДАГОГ И КАК ИМ СТАТЬ?

Одной из самых важных составляющих профессии педагога Лидия Божович считала личную вовлечённость. И сама каждый раз её демонстрировала. Причём не только во время работы, но и в неформальном общении. Коллеги вспоминают, как Лидия Ильинична вернулась от внучки: «Поняла, что детский страх существует иррационально. Представляете, Машка сидит перед сном на горшке, а родители открывают шкафы, отодвигают диван, показывая, что никакой страшной тётки, которой она по ночам боится, там нет. А она говорит: “Оказывается, её там нет. Но ведь может она там оказаться”».

В своих трудах Божович стремилась выявить закономерности, природу поведения, предпосылки для психического развития детей, также её интересовали дети с аффективным поведением. Результаты её исследований стали частью программы для самых разных детских учреждений. Например, они использовались и в суворовском училище, и в интернатах для трудных подростков. Давайте посмотрим, как исследования 40-х годов прошлого века повлияли на современные знания в области педагогики и психологии мотивации.

ЧТО НЕОБХОДИМО ДЛЯ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА РАННЕГО ВОЗРАСТА?

Божович доказала, что без обогащенной среды развитие малыша будет тормозиться. Современные исследователи называют это коммуникативными навыками, умением общаться и обогащенной предметно-пространственной средой. Проще говоря, без новых впечатлений

и открытий, смены местоположения, новых лиц, игрушек, даже сытый, переодетый в чистый подгузник младенец, будет выказывать неудовольствие, кричать. И наоборот, голодный или пребывающий в дискомфорте ребёнок успокоится (если отрицательные эмоции не достигли высокой интенсивности), если показать ему яркую игрушку, спеть песенку, потешку или рассказать прибаутку. Кстати, согласно исследованиям Божович, положительные эмоции от новых впечатлений возникают уже у грудного ребёнка в возрасте 4—5 недель.

«Дефицит воспитания», даже при самом тщательном питании детей и уходе за ними, приводит к задержке их развития в двигательном, умственном и даже физическом отношении. При «дефиците воспитания» резко возрастает детская смертность. По-видимому, потребность в новых впечатлениях порождается включением в жизнедеятельность ребёнка коры головного мозга. Это делает понятным возникновение такой потребности», — писала профессор.

Поэтому, дорогие родители, не забывайте, что самое ценное — это время, которое вы проводите вместе с вашим малышом. Ведь именно в этом возрасте ребёнок полностью зависим от родителей и именно вы сейчас для него целый мир. Так пусть этот мир будет максимально добрым, заботливым и прекрасным, как вы!

ЧТО ВАЖНО В ПОДГОТОВКЕ РЕБЁНКА К ПЕРВОМУ КЛАССУ?

Благодаря Лидии Божович мы сейчас определяем готовность ребенка к школе не просто возрастом, но и сформированностью у ребёнка мотивов к учёбе.

Начиная с 2002 года, концепция Л. С. Выготского и разработки Л. И. Божович получили продолжение и послужили основой для исследований лаборатории «Психологическая готовность к школе» в Московском городском психолого-педагогическом университете.



Дети стали источником вдохновения для Лидии Божович



«Школа Выготского». Лидия Божович стоит рядом с Даниилом Элькониным

Итак, профессор Божович ввела новое понятие — внутренняя позиция ребёнка. Она формируется в процессе жизни и воспитания и отражает положение в иерархии общественных отношений, которое занимает дошкольник. Внутренняя позиция показывает отношение ребёнка к этому положению, его стимулы, мотивы и потребности.

Божович доказала, что в процессе развития дети освобождаются от надиктованных потребностей и начинают сознательно ими управлять. Когда профессор оценивала учебные мотивы школьников в начальных классах, она замечала, что сначала очень важны социальные мотивы. В первую очередь это было связано с тем, что до первого класса в возрасте 7–8 лет ребёнок только играл, поэтому первый класс воспринимал как начало «взрослой, серьёзной» жизни. Младшие школьники относятся к учёбе очень ответственно.

Современные исследователи рассматривают внутреннюю позицию школьника как критерий готовности к школьному обучению. Внутренняя позиция формируется к 6,5–7 годам и продолжает укрепляться на протяжении всего срока обучения в начальной школе.

ЧТО ТАКОЕ «ВОСПИТАТЬ РЕБЁНКА?»

Лидия Божович отвечала так: «Воспитать ребенка — это помочь стать ему личностью, а это значит понимать себя и другого; быть не только потребителем, но и создателем, и совершенствоваться на благо себя и общества».

Божович считала, что смысл всего психического развития заключается в том, что ребёнок постепенно становится личностью. Из младенца, который последовательно накапливает опыт предков, он превращается в создателя, творца новых материальных и духовных ценностей.



Даже во время работы атмосфера была очень позитивная

Для современной педагогики строки, написанные пятьдесят лет назад, звучат очень актуально: «необходимо воспитать не бездумно марширующего солдата, не конформиста, не “винтика” огромной государственной машины, а — человека-творца, человека-гуманиста, человека, не только имеющего собственную позицию, но и умеющего отстаивать её, человека, способного преобразовывать как окружающие обстоятельства, так и себя самого, достигая при этом все большего самосовершенствования во благо социума».

А КАК БЫТЬ С НАКАЗАНИЯМИ?

До сих пор многие родители уверены, что физические наказания — это действенный метод воспитания. Применить силу, конечно, проще. А дальше? Физические наказания — путь в никуда. Лидия Божович считала, что родители прибегают к подобного рода наказаниям, считая, что необходимо воспитывать ребёнка, подчиняя его своей воле. Однако этот подход профессор считала неверным. Гораздо больших

успехов можно добиться другими педагогическими методами, но для их применения от родителя требуется внимание, терпение, знание и понимание детской психологии.

Современная исследовательская педагогика, основанная на трудах и разработках своих предшественников, великих русских педагогов: Выготского, Божович, Ушинского, Макаренко, становится более полной, позволяет оценить полученные знания сквозь года, проследить динамику, улучшить наши представления о том, как должно строиться школьное и дошкольное обучение, чтобы вырастить психологически зрелых, способных к наукам и творчеству детей, готовых менять к лучшему страну и мир.

Автор текста:
Екатерина Минак



Аудиоверсия текста



КОГДА ДОМАШНИЙ ТРУД И УЧЁБА ДОМА — УДОВОЛЬСТВИЕ

ТРУДОВОЕ ВОСПИТАНИЕ ВЕРНУЛОСЬ В ШКОЛЫ И, СОГЛАСНО, СОЦИОЛОГИЧЕСКИМ ОПРОСАМ, БОЛЬШИНСТВО РОДИТЕЛЕЙ ОДОБРЯЕТ ДАННУЮ ЗАКОНОДАТЕЛЬНУЮ ИНИЦИАТИВУ. ВОЗНИКАЕТ ВОПРОС, КАК ПОДДЕРЖАТЬ РЕАЛИЗАЦИЮ ТРУДОВОГО ВОСПИТАНИЯ НЕ ТОЛЬКО В ШКОЛЕ, НО И ДОМА? СТАТЬЯ ИЗ АРХИВА РЕДАКЦИИ 1985 ГОДА, СЕГОДНЯ АКТУАЛЬНА КАК НИКОГДА, В НЕЙ РОДИТЕЛИ СМОГУТ УЗНАТЬ, ЧТО ТАКОЕ «ДОМАШНИЙ ТРУД», МОЖНО ЛИ ПРИВИТЬ ЛЮБОВЬ К ТРУДУ И КАК ЭТО СДЕЛАТЬ.

Наверное, покривил бы душой тот, кто взялся утверждать, будто домашний труд принадлежит к наиболее отрадным, наиболее творческим разновидностям труда, доставляющим удовольствие и способным стать первой жизненной потребностью человека. Огорчает его бесконечность: только закончил что-то — начинай сначала. Поистине сизифов труд. Огорчает его незаметность: всеми воспринимается как нечто само собой разумеющееся. Единственный стимул — доставить радость любимым членам семейства, даже если они не выражают её словами признательности, а воспринимают как должное. Ну и, конечно, сознание того, что без труда женщины-хозяйки муж и дети будут ходить, как голодные и грязные погорельцы-беженцы, и рухнет семья.

Социологические исследования показывают, что совокупный рабочий день среднестатистической главы семьи (теперь это понятие приходится употреблять в женском роде, потому что в подавляющем большинстве случаев фактически главой семьи становится женщина), которой не помогают по хозяйству ни муж, ни дети, длится зачастую в будние дни до 15–16 часов: утренний «аврал» на полтора-два часа, час поездки на работу и час — с работы, восьмичасовой рабочий день, часовой обеденный перерыв, почти целиком используемый для закупки продуктов, плюс минимум два-три часа «второго рабочего дня» вечером в очередях, за плитой, за стиркой, за утюгом, с веником, с ниткой-иглой и т. д.

И в выходные дни, и в отпуск работы по дому тоже хватает, так

что если считать все 365 дней в году, то приходится круглым счётом в среднем на день более 11 часов труда. В целом по стране количество миллиардов человеко-часов, затрачиваемых на домашний труд, сопоставимо с рабочим временем на производстве.

Всё это никак не может радовать, и неудивительно, что ссоры из-за более справедливого распределения домашних обязанностей составляют весомую величину среди причин разводов, уступая в этом смысле только пьянству мужа и ссорам с родителями супругов.

И всё же, и всё же...

Те же социологические обследования показывают, что большинство глав семейств женского рода жалуются не на тяжесть домашнего труда, а на несправедливость распре-

деления домашних обязанностей, на неблагодарно-равнодушное отношение со стороны обслуживаемых, воспринимающих службу как должное, на низкий престиж домашнего труда в обыденном общественном мнении. Пожелания насчёт улучшения бытового обслуживания, важные сами по себе, отходят на второй план перед сетованиями на несправедливость, неблагодарность, непрестижность. И это подтверждается многочисленными примерами счастливых семей, где их члены, независимо от пола и возраста, начиная с самых ранних лет, посибно помогают своей «главе» по дому. Сразу существенно уменьшается её трудовая нагрузка и несказанно возрастает удовлетворённость домашним трудом.

Всё это позволяет сформулировать, с позволения сказать, «первый закон семейного счастья»: радость домашнего труда и проистекающего из неё семейного счастья возрастает прямо пропорционально квадрату количества участвующих в нём членов семьи и кубу их трудовой одушевлённости, благонастроенности, добросовестности, элементарной справедливости при распределении домашних обязанностей.

Но шутки шутками, а претворение в жизнь этого в общем-то всем хорошо известного и понятного «закона» серьёзно тормозится тремя причинами, которые, как три головы огнедышащего дракона, испепеляют великое множество семейных счастья – таких близких, таких возможных!

Первая причина – глубокое убеждение мужа в том, будто работа по дому якобы унижает его мужское достоинство. Возможно, в своё время так оно и было, потому что попытки спрятаться у печки или за корытом от действительно мужского труда с косой или топором, с вожжами или лопатой в руках действительно унижали достоинство сильного пола. Но поскольку ни косить, ни рубить, ни копать, ни запрягать в городской



квартире нечего и некого – этот аргумент начисто отпадает.

Все попытки сослаться на трудности ответственной работы на производстве, требующей-де многочасового ничегонеделания на диване перед телевизором после неё, а тем более постыдные попытки сослаться на большой размер своей зарплаты не выдерживают никакой критики. Ведь ты же сильный пол! Тебе и положено брать на себя более тяжёлую ношу, выполнять более трудную и ответственную работу, получать и приносить в семью больше денег! Кстати, лучший отдых, как установлено наукой, не безделье, а смена занятий.

Вторая причина – стремление одного из родителей, а нередко и обоих, оградить детей от работы по дому. «Мы все сделаем, в доску расшибёмся, лишь бы они хорошо учились!» И, несмотря на ужасающие результаты такой домашней политики, она продолжает неуклонно проводиться в прискорбно большом количестве семей.

Мы не хотели бы сводить все процессы семейного воспитания к одному только домашнему труду. Важна вся духовно-нравственная и материально-бытовая атмосфера дома. Но и, если можно так сказать, семейно полезный труд (по аналогии с общественно полезным) – тоже не в последнюю очередь. Из паразитизма, пусть даже домашнего, ещё никогда ничего хорошего не произрастало. Из обстановки потакания, исключительности, любого неравенства – тоже.

Труд – на всех поровну (с учётом возрастных особенностей домашнего трудящегося, разумеется). Любой кусок, включая самый лакомый, – всем поровну (не хватает на всех, сумей сделать так, чтобы ребёнок не заметил, что дали ему одному). Любая обновка, любой подарок – тоже (с теми же оговорками). Тогда и радости будет на всех поровну и ещё останется на всю жизнь.

Третья причина – глубокое убеждение матери или бабушки, а то и обеих, будто работа по дому – традиционно и исключительно женское занятие. К этому добавляется не менее традиционное соображение относительно того, что проще самой сделать, чем десять раз просить и на одиннадцатый получить невообразимую халтуру. «Костями лягу, а мужика к бабьей работе никогда не допущу»!

И ложатся. Но, прежде чем лечь, срывают накопившуюся обиду, усталость, своё испорченное вконец настроение на мужа и детей.

Так что же, все эти три причины извечны, фатально неодолимы и безысходны, что ли? Конечно же, нет! И каждый самолично убеждался в этом на практике (увы, не всегда в собственной семье) тысячу раз.

Перенесёмся мысленным взором от только что представшей перед нами чрезвычайно безотрадной картины к прямо противоположной, чрезвычайно отрадной.

Чуть закрой глаза, и во флибустьерском дальнем синем море твоя двухкомнатная яхта-бригантина поднимает паруса навстречу счастливому семейному вечеру. Аврал! Свистать всех наверх! Одному юнге на быстроходной шляпке отправляться на берег за провиантом и пресной водой (то бишь за хлебом, картошкой и молоком), другому – прибрать оба кубрика и надраить палубу. Один капитан семейного ранга отправляется в машинное отделение (к стиральной машине), а затем начинает гладить робы и пускает в ход пылесос. Другой капитан того же ранга (независимо от пола) временно переквалифицируется в кока и при помощи подросших коллег готовит флотский борщ и макароны по-флотски. Идёт весёлая игра...

Домашний труд не так страшен, как его порой малюют. Он состоит всего из трёх частей. Первая (львиная по затратам времени и сил) – приготовление пищи, включая поход за продуктами в магазин и мытьё

посуды; вторая – уход за бельём, одеждой и обувью, включая стирку, глаженье, штопку-починку, чистку и пр.; третья – уход за жильём, включая уборку постелей, подметание полов, удаление пыли тряпкой и пылесосом, мелкий ремонт домашней обстановки и техники. Вот, собственно, и всё. И если разделить труд по справедливости между всеми членами семьи, да ещё рационально отнестись и к питанию, и к одежде, и к жилью, то придётся по часу-полтора в день на каждого. Не так уж и много, чтобы утомиться и ожесточиться.

Радостный коллективный домашний труд во имя семейного счастья возможен не только в своей квартире. Ещё более благодатное поле для него – садовый участок. Не зря на участки сегодня такой огромный спрос. Небольшой садовый домик с участком в четыре-шесть соток доступен многим, и не жалко никаких усилий, чтобы каждая семья с детьми имела возможность летом поработать там коллективно. И по части овощей-фруктов подспорье, и летний отдых превосходный, и трудовое воспитание детей отличное, и сплочение семьи эффективнейшее. А заодно – и нагрузка на дома отдыха, пионерлагеря поменьше. Очень хорошо, если есть возможность выехать на лето

семьёй в деревню, чтобы отдохнуть и подзаработать. Стоит прислушаться к предложениям организовать в колхозах и совхозах систему набора на временную работу летом и ранней осенью, во время отпусков, родителей с детьми.

Хорошо бы также создать условия для занятий коллективным семейным трудом в самом городе или под городом. «Семейный подряд» блестяще оправдал себя в сельском хозяйстве. Надо бы дать ему дорогу пошире. Уход за парком или сквером, исполнение столь дефицитных ныне дворничих обязанностей, благоустройство загородных территорий – благодатная возможность поработать и подзаработать всей семьёй, включая детей любого возраста, кроме младенческого, в качестве ревностных помощников.

Но пока такие условия создаются, не прогадает семья, которая отправится в субботу-воскресенье поработать в ближайший сквер, парк, пригородный лесопарк безо всяких материальных стимулов. Была бы элементарная организация такого труда. Пусть в результате будет не денежное вознаграждение, а «только» посаженное дерево, расчищенный кустарник, убранный мусор и т. д. На самом деле в результате будет сплочение семьи и радость от труда семьёй.



Мы с уважением говорим: «трудова́я семья». Сегодня это не только семья, где родители – работники производства. Ныне все – работники либо пенсионеры. Сегодня это семья, где и родители, и дети трудятся каждый на своём посту в системе общественного производства, включая учёбу, а сверх того – ещё и дома: дружно, коллективно, по справедливости. Это и есть подлинно трудовая семья. Счастливая семья.

КАЖДАЯ СЕМЬЯ ПО САМОМУ ХАРАКТЕРУ СВОЕМУ – ШКОЛА. ДА ОНА ВСЕГДА И БЫЛА ШКОЛОЙ. СЕМЬЯ НОВОГО ТИПА, В ОТЛИЧИЕ ОТ СТАРОЙ, ЗА РЕДКИМИ ИСКЛЮЧЕНИЯМИ, БОЛЬШЕ НЕ В СОСТОЯНИИ СЛУЖИТЬ УЧРЕЖДЕНИЕМ ДЛЯ ПЕРЕДАЧИ ПО НАСЛЕДСТВУ ПРОФЕССИИ И МИРОВОЗЗРЕНИЯ, НЕ В СОСТОЯНИИ ДАЖЕ ОБЕСПЕЧИВАТЬ ВОСПИТАНИЕ ПОДРАСТАЮЩЕГО ПОКОЛЕНИЯ ЛИЧНЫМ ПРИМЕРОМ СТАРШИХ С УТРА ДО НОЧИ.

Но она не перестала и не может перестать быть школой. Ибо без этого она перестала бы быть и семьёй. Всё дело в том, какой школой. Каковы преподаваемые в ней предметы. Каковы взаимоотношения учеников и учителей. И каковы конечные результаты учения.

За рамками собственно школьных занятий в семье остаётся достаточно простора для учебных занятий, крайне важных в процессе становления личности человека. Простора для ещё одной разновидности труда семьёй.

К примеру, содержательная беседа с домашними, когда уроки выполнены и портфель на завтра сложен. Вот здесь начинается подлинный первый урок современной «домашней школы» – коллективный умственный труд семьёй. Здесь можно задать любой вопрос. Здесь можно обсуждать вопросы, которые по раз-

ным причинам обычно обсуждаются не на уроках, а в компании сверстников. Взрослые члены семьи после такого собеседования сами могут открыть для себя немало интересного, в том числе касательно особенностей характера и мышления своих детей.

Этот коллективный труд семьёй может и даже должен выйти далеко за рамки школьной программы, расширяя кругозор и навыки подрастающего поколения. Назовём это вторым уроком современной «домашней школы». Разве плохо, например, если на этом «уроке», – скажем, за ужином – обсуждается книга, которую в школе не проходят, но которую с интересом прочитали все члены семьи (или даже не все)? Или спектакль, фильм, выставка? Или газетная статья? Или какое-то событие на работе у папы, на службе у мамы, в институте у сына, в школе у дочери, даже в детском саду у внука? Если обсуждаются вопросы о смысле жизни, критериях порядочности или границах мироздания? Если показывается, как пришить пуговицу или починить выключатель, скроить самому себе брюки или сварить борщ, как лучше клеить обои или бинтовать руку? Второй урок очень многогранен, намного шире по диапазону, чем первый, и не уступает ему по важности, каким бы пустяковым на первый взгляд любой его предмет ни казался. Это органическая частица той школы жизни, которую каждый человек проходит всю свою жизнь, даже будучи на пенсии, не забудем, что и тут польза не только для обучаемых. Обучающие тоже растут над собой от урока к уроку, причём во многих отношениях, прямо с уроками не связанных. Как и все учителя.

Существует и третий урок «домашней школы». Это – наше с вами поведение, дорогие мамы и папы, дедушки и бабушки, прабабушки, прадедушки, тёти и дяди. Наша сознательность и добропорядочность, наш такт и способность к сопереживанию, наша внимательность, заботливость и доброта. И многое другое.

Этот урок самый главный и самый результативный из всех.

И ещё один «урок домашней школы» – семейные советы. Что бы ни обсуждалось на них, но если обсуждается всерьёз, не лицемерно, назидательности ради, а конструктивно, не просто для сотрясения воздуха, а с какими-то конкретными результатами для жизни семьи, то значение такого урока для молодёжи трудно переоценить. Тут и воспитание чувства собственного достоинства – если, конечно, к твоим словам прислушиваются, а не только вещают сами, грубо обрывая иных-прочих; тут и образование привычки сначала подумать, потом сделать, имеющейся далеко не у всех; тут и обретение знаний, как подумать и что сделать в той или иной типичной житейской ситуации; тут и многое другое, не менее важное для всестороннего развития личности юного члена домашнего совета.

Мы постарались показать, что домашний труд – это не только насущная жизненная необходимость. Это ещё (если он справедливо организован, коллективный, общий) росток светлого будущего, подлежащий всемерному развитию, поскольку он способствует трудовому и духовному воспитанию подрастающего поколения, нравственному возвышению взрослых членов семьи, содействует сплочению семьи, несёт в себе заряд коллективизма, радости, счастья.

Автор текста:
Игорь Бестужев-Лада,
доктор исторических наук,
архив журнала «Семья
и школа», 1985 год



Аудиоверсия текста

ОЖИВИВШИЙ СКАЗКУ

ЭТОГО РЕЖИССЁРА МОЖНО С УВЕРЕННОСТЬЮ НАЗВАТЬ ВОЛШЕБНИКОМ И СКАЗОЧНИКОМ. ЕГО ФИЛЬМЫ «МОРОЗКО», «МАРЬЯ-ИСКУСНИЦА», «ВАСИЛИСА ПРЕКРАСНАЯ», «КОНЁК-ГОРБУНОК» И МНОГИЕ ДРУГИЕ СТАЛИ КЛАССИКОЙ ДЕТСКОГО КИНО. АЛЕКСАНДР АРТУРОВИЧ РОУ СОЗДАЛ ПОЛТОРА ДЕСЯТКА КИНОКАРТИН, СРЕДИ КОТОРЫХ ЕСТЬ ДОКУМЕНТАЛЬНЫЕ ЛЕНТЫ И ЭКРАНИЗАЦИЯ ЛИТЕРАТУРНЫХ ПРОИЗВЕДЕНИЙ. НО ВСЕМИРНУЮ СЛАВУ И ПРИЗНАНИЕ ПРИНЕСЛИ ЕМУ ФИЛЬМЫ-СКАЗКИ, КОТОРЫЕ СТАЛИ ПРОРЫВОМ В ОБЛАСТИ ДЕТСКОГО КИНО.

ДО АЛЕКСАНДРА РОУ НИКТО НЕ ДЕЛАЛ ТАКИХ СЛОЖНЫХ СПЕЦЭФФЕКТОВ, НЕ СОЗДАВАЛ ТАКИХ ДЕКОРАЦИЙ, НЕ ПРИДУМЫВАЛ СТОЛЬКО НОВЫХ МЕТОДОВ СЪЁМКИ. И САМОЕ ГЛАВНОЕ, ФИЛЬМЫ РОУ НЕ ТОЛЬКО РАЗВЛЕКАЮТ, НО И УЧАТ. УЧАТ ЛЮБИТЬ, ОТЛИЧАТЬ ДОБРО ОТ ЗЛА, НЕ ОТСТУПАТЬ ПЕРЕД ТРУДНОСТЯМИ, УВАЖАТЬ ТРУД И ПРЕЗИРАТЬ ЛЕНЬ, БЫТЬ ЧЕСТНЫМ И СМЕЛЫМ. УЧАТ, ЧТО ДОБРО ВСЕГДА ПОБЕЖДАЕТ ЗЛО, ДАЖЕ ЕСЛИ ЗЛО ЭТО МОГУЧЕЕ И КОВАРНОЕ. ДАВАЙТЕ ВСПОМНИМ ФИЛЬМЫ АЛЕКСАНДРА РОУ И ПЕРЕСМОТРИМ ИХ УЖЕ С НАШИМИ ДЕТЬМИ.

В сказке никакие истины нельзя давать в виде нравоучений — этого дети не любят.
А. Роу

«ПО ЩУЧЬЕМУ ВЕЛЕНЬЮ», 1938 ГОД

30 декабря 1938 года на советские экраны вышел фильм киностудии «Союздетфильм», ставший первой режиссёрской работой Александра Роу. Сюжет фильма включает целых четыре сказки, вплетённые в канву основного сюжета с приключениями Емели-дурачка. Здесь всё как полагаётся — есть Емеля на печи, щука, царевна, царь Горох... Есть и то, чего смог в то время достичь только Роу — реализм спецэффектов. Печь, на которой разъезжает Емеля, не просто вмонтирована в фильм, она реальна и герой действительно на ней ездил. Для съёмок был придуман макет печи на основе автомобиля, которым управлял водитель. А внутри машины стояла пиротехническая установка для испускания дыма. По тем временам замечательная по новизне и идее задумка, потому что тогда в кинофильмах прибегали к анимации — иначе как можно заставить дрова самостоятельно улеться в поленницу и заставить вёдра шагать за водой? Но Александр Роу предпочёл сложную технику, комбинированные съёмки и... живую щуку.



Главная героиня — щука — настоящая. Её выловили в реке

Добрая, жизнерадостная сказка полюбилась зрителю живостью сюжета, шутками и настоящим волшебством на экране. Кинолента была восстановлена в 1973 году под руководством самого Александра Артуровича. В этом фильме детям легка и доступна идея — находчивость и жизнерадостность, смелость и доброта способны на своём пути преодолеть все преграды, человек способен достичь своей цели, стоит только по-настоящему захотеть и поверить в свои силы.

«ВАСИЛИСА ПРЕКРАСНАЯ», 1939 ГОД

Запустив стрелу, как и полагается в сказке, отправился Иван искать суженую... Знакомый сюжет Александр Роу преобразил в приключенческую эпопею, где ярко показан контраст светлых и тёмных сил. Зло предстаёт в фильме в разном облики – ведь оно бывает не только с оружием в руках. Зло может встретиться ребёнку в виде зависти, лени, предательства. И с этим тоже нужно уметь бороться, эти пороки тоже должны быть наказаны, им тоже нужно противостоять. Ивану предстоит победить зло во всех его обликах, а Василисе – устоять перед злыми словами и соблазнами.

Александр Роу создал фильм волшебный, добрый и увлекательный, где главному герою выпало помериться силой с самим Змеем Горынычем. И на пути к цели встречаются Ивану люди и звери, обладающие мудростью, добрые и готовые помочь в благих делах. Ребёнку важно знать, что в борьбе со злом, на долгом и сложном жизненном пути человеку обязательно встретятся добрые, умные и бескорыстные помощники, что в борьбе своей такой герой не одинок, даже если в финальном поединке он встретится со злом один на один.



Александр Роу еще в сороковых годах XX века одним из первых начал снимать «объемное кино»

ЗМЕЙ ГОРЫНЫЧ ИЗ ФИЛЬМА РОУ ПРИЗНАН САМЫМ СТРАШНЫМ ИЗ ЗМЕЕВ ЗА ВСЮ НАШУ ИСТОРИЮ КИНЕМАТОГРАФА – ИЗГОТОВЛЕННЫЙ ПО ЗАКАЗУ НА ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОМ ЗАВОДЕ ИГРУШЕК, ОН БЫЛ 11 МЕТРОВ В ДЛИНУ И 5 В ВЫСОТУ!

Для доставки Змея Горыныча на съёмочную площадку понадобились четыре железнодорожных платформы. Сказочным чудисцем управляли 20 человек: по одному сидело и в каждой голове киномонстра – именно за счёт такого управления Змей и получился таким живым, его движения – естественными. По воспоминаниям Александра Роу, конь, на котором бился Иван со Змеем, вынужден был привыкать к облику Горыныча целую неделю – животное специально кормили овсом, всё ближе подводя к чудовищу. И всё равно много съёмок в этой части пришлось сделать комбинированными.

«КАЩЕЙ БЕССМЕРТНЫЙ», 1944 ГОД

Снятая во время войны эта сказка стала символом борьбы народа с общим страшным и могучим врагом. Вместе с тем, режиссёр и актёры просили не проводить прямых параллелей, не отождествлять героев сказки с конкретными людьми. Сказка вышла настоящим патриотическим произведением, где полчищам захватчиков противостоит весь народ. И вместе с тем, сходство с войной, шедшей во время съёмок фильма, очевидно. Никита Кожемяка, который воз-

Для фильма были выбраны прекрасные пейзажи. Горы, леса и реки не тронуты рукой человека и от этого выглядят ещё более могучими и прекрасными. В фильме сняты настоящие звери, что добавляет жизни волшебству в сказке, приближает её к реальности. Кинорежиссёры разных стран особо отмечали идею Роу в сцене, где Иван добывает меч у паука, – конструкцию и исполнение куклы. А мне хочется отметить другой момент эпизода с пауком – на вопрос о том, что милее всего на свете, Иван отвечает: «Жизнь!». Обратите на это внимание своих детей. Ведь сейчас ценность жизни, благодаря множеству игр и фильмов, теряется.

вращается к пепелищу, и налетевшая буря во время гуляний молодёжи, и народное ополчение, поднявшееся против войска кашеева... Массовый героизм народа и отдельных героев сказки, прежде всего, покажет ребёнку то самое народное единство, общий порыв в борьбе с захватчиками страны, Родины. Именно в этой сказке патриотизм материален, он льётся с экрана, охватывает зрителя, и вот мы уже стоим плечом к плечу, сопротивляясь злу.



Георгий Милляра в костюме Кащея страшно пугалась лошадь, и во время съёмок приходилось завязывать животному глаза

Главного отрицательного героя играл Георгий Милляра. Этот замечательный актёр снимался во всех фильмах Александра Роу, а Кашей и Баба-Яга в его исполнении стали классикой и образцом для актёров на многие годы. Во время съёмок Георгий Францевич переболел малярией, очень похудел и как нельзя лучше подходил на роль.

Сам образ Кащея, как считается, был заимствован с картины Виктора Васнецова «Воины Апокалипсиса». Когда Милляра пытались сравнить с Гитлером, как воплощением зла, он говорил: «Каждая эпоха выявляет своего Кащея и в этом смысле он бессмертен».

В 1944 году съёмки проходили в селе Озёрки Алтайского края. Местные жители приняли столь активное и живое участие в процессе, что удостоились возможности первыми в стране увидеть фильм. Народу собралось так много, что кинокартину пришлось показывать прямо на улице, растянув простыню перед входом в местный клуб. Лошадей в селе не было, всех отдали фронту, и брёвна для постройки деревни, которая потом сгорает в кадре, таскали с помощью коров.

«МАРЬЯ-ИСКУСНИЦА», 1959 ГОД

Фильм о всепобеждающей силе добра и любви. Добрый солдат, помогавший всем, кого он встречал на пути и любовь матери и сына друг к другу создали эту сказку. Фильм, как и большинство киносказок Роу, снят с прекрасными актёрами, великолепным гримом и декорациями, наполнен юмором. Вместе с тем, дети искренне чувствуют тревожную атмосферу и трагизм некоторых сцен фильма. Например, когда Иванушка должен узнать свою мать среди призрачных обликов, или сцена у колодца, когда Водяной вопрошает, откуда же у матери сила такая взялась и слышит в ответ: «За сына борюсь!»

Сила любви матери и сила добра – вот главные борцы со злом в этом фильме, обратите внимание своего ребёнка на это, ведь сейчас такие ценности, как семейные узы и бескорыстное добро стремительно исчезают. Они уступают место материальным проявлениям, подменяя подарками или деньгами истинное внимание, любовь, ценность общения.

Трагизм таких сцен смягчён комичностью обликов отрицательных персонажей и красотой декораций. В фильме Александр Роу верен себе – всё максимально естественно: живые звери, прекрасная природа и Георгий Милляра в одной из ролей, для которой он сам придумал образ – длинные ласты, мешавшие ему передвигаться, и интонации с оттенком звука «ква». В ответ на похвалу в свой адрес актёр гордо произносил: «Ква-квалификация!»



Подводные сцены сказки снимались на суше в ялтинском ущелье

«КОРОЛЕВСТВО КРИВЫХ ЗЕРКАЛ», 1963 ГОД

Практически культовый фильм о борьбе советских детей с угнетением слабых и беззащитных, но и сейчас он смотрится хорошо. Дети не придают значения идеологическим моментам, они прекрасно понимают, что идёт борьба с несправедливостью, когда правда – важнее всего. Именно поэтому ложь в сказке теряет свою власть, а все обманутые побеждают. В девочках-близнецах кто-то из детей, возможно, увидит своё отражение и задумается, что от лени и грубости всего один шаг до настоящих проблем. Замечательно показан контраст Оли и Яло, дети на таком примере отчётливо видят разницу, какое поведение, к каким результатам приводит.

Фильм снимался в Ялте, среди горных троп и видов моря, что придаёт очарование картине, так же как и введённые в кадр живые беркут, кот, лошади, ослики.

«МОРОЗКО», 1964 ГОД

Фильм-легенда. Именно так эту сказку можно сейчас называть. «Морозко» стал не просто известен за пределами нашей страны – он стал там популярен и получил большое количество хвалебных отзывов в разных странах. В Чехословакии же его много лет показывали в новогодние праздники как символ волшебства.

Детям фильм будет очень понятен – трудолюбивая падчерица, злая мачеха и награда человеку за смелость и труд – классический сюжет наших детских сказок. И здесь на контрасте режиссёр показал детям, что трудолюбивый и честный, с искренними помыслами человек обязательно будет вознаграждён, а пороки, лень, зависть – наказаны.

Актёры, сыгравшие в фильме, постарались воплотить эту классику в своих образах и оживить её, с присущими фильмам Александра Артуровича юмором, реализмом и правдоподобием. Актриса Инна Чурикова вспоминала, как на самом деле замёрзла под ёлкой, потому что снимали всё в зимнем лесу на Кольском полуострове, а вместо яблок пришлось аппетитно грызть луковицы... Дед Мороз, он же Морозко, в исполнении Александра Хвыли, стал образцом, на который потом ориентировались многие режиссёры, а самого актёра приглашали играть роль Деда Мороза на ёлках в Кремле.

«Морозко» стала едва ли не самой знаменитой из сказок Роу. В 1966 году этот фильм стал лучшей детской кинолентой Всесоюзного кинофестиваля.

Все сказки Александра Роу — это воплощённые образы добра и зла, которые противостоят друг другу, борются, и борьба эта вечна.

Роу сохранял и перевоплощал русский фольклор, дал ему вторую жизнь на экране в эпоху, когда история и корни народа стали забываться вместе с уходом в небытие русских деревень, сказок, и потери своих корней многими семьями.



«Морозко» снимали на Кольском полуострове

«ФИННИСТ — ЯСНЫЙ СОКОЛ», 1975 ГОД

Этот фильм считается последним фильмом Александра Роу. Но снять кино сам мэтр, увы, не успел. Всё было подготовлено ещё при жизни режиссёра, но фильм заканчивал ученик Роу, Геннадий Васильев, уже после смерти Александра Артуровича. Кинокартина была принята с восторгом, тем более что режиссёр сохранил традиции своего учителя – реализм, победа добра, качественные декорации, подбор съёмочных мест и замечательный состав актёров.

Автор текста:
Анастасия Хрусталёва



Аудиоверсия текста

ЭТО ВАЖНОЕ СЛОВО «ЗАБОТА»

ЗАБОТА – ОЧЕНЬ ЗАГАДОЧНАЯ ВЕЩЬ... КОГДА ОНА ЕСТЬ, МЫ ЕЁ, КАЖЕТСЯ, И НЕ ЗАМЕЧАЕМ, ВРОДЕ ВСЁ ТАК И ДОЛЖНО БЫТЬ... САМ СОБОЙ К НАШЕМУ ПРИХОДУ ЧАЙНИК ПОДОГРЕВАЕТСЯ, ПРОМОКШИЕ САПОГИ ДЕТЕЙ САМИ ВЗЛЕТАЮТ НА СУШИЛКУ, В ХОЛОДИЛЬНИКЕ СЛУЧАЙНО ПОЯВЛЯЕТСЯ ЛЮБИМОЕ ЯБЛОКО ВНУКА... ПОЭТОМУ ОЧЕНЬ ВАЖНО НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ЗАБОТИТЬСЯ О ЛЮДЯХ. СВОИМ ПРИМЕРОМ КАЖДЫЙ ДЕНЬ ПОКАЗЫВАТЬ, ЧТО ТАКОЕ ЗАБОТА, ОБЪЯСНЯТЬ, ПОЧЕМУ ОНА ТАК ВАЖНА И НУЖНА, ПОЧЕМУ ЭТО ОЧЕНЬ ВАЖНОЕ КАЧЕСТВО ХАРАКТЕРА. ЗАБОТА – ЭТО НЕЧТО ОСОБЕННОЕ. ЭТО НЕ ТОЛЬКО УХОД И ПОМОЩЬ, ЭТО ТАКАЯ, НЕЗАМЕТНАЯ ПОРОЙ, БЕСКОРЫСТНАЯ ОПЕКА, КОТОРАЯ, МОЖЕТ БЫТЬ, НЕ ДЕЛАЕТ НАШУ ЖИЗНЬ ЛЕГЧЕ, НО ТОЧНО ДЕЛАЕТ ЕЁ СВЕТЛЕЕ, ДУШЕВНЕЕ И НЕЖНЕЕ. ПОЭТОМУ НЕОБЫКНОВЕННО ВАЖНО УЧИТЬ ДЕТЕЙ ЗАБОТИТЬСЯ О ДРУГИХ И ЧТО НЕ МЕНЕЕ ЦЕННО, УМЕТЬ ЗАМЕЧАТЬ ЗАБОТУ, ДОРОЖИТЬ ЭТИМИ МОМЕНТАМИ, ЭТИМИ «МЕЛОЧАМИ», КОТОРЫЕ СОСТАВЛЯЮТ ЧАСТЬ НАШЕГО КОМФОРТА И ЧАСТЬ НАШЕЙ ЖИЗНИ. УМЕТЬ ЗАБОТИТЬСЯ НУЖНО ОБО ВСЕХ. ЗАБОТИТЬСЯ МОЖНО О ПРИРОДЕ, О ДРУЗЬЯХ, УЧИТЕЛЯХ, СОСЕДЯХ... И, КОНЕЧНО, О СЕМЬЕ, САМЫХ РОДНЫХ И БЛИЗКИХ ЛЮДЯХ. И УЧИТЬ ДЕТЕЙ ЗАБОТИТЬСЯ И ПОНИМАТЬ, ЧТО ТАКОЕ ЗАБОТА, КОНЕЧНО, СТОИТ НА ХОРОШЕЙ ЛИТЕРАТУРЕ! МЫ ЗАБОТЛИВО ПОДОБРАЛИ КНИГИ ДЛЯ ВАШИХ ЛЮБИМЫХ ДЕТЕЙ О ТАКОЙ ЦЕННОСТИ.



3+

Е. БЛАГИНИНА «ПОСИДИМ В ТИШИНЕ», 1940

Небольшое стихотворение для маленьких детей, но сколько в нём заботы о маме! Первую строку этого стихотворения знают все: «Мама спит, она устала...», и дальше нам рисуется картина маленькой девочки, которая сидит в тишине, потому что уставшая мама спит. Кажется, какая мелочь, при чём же тут забота, что такого делает девочка? Но спросите у своего малыша, долго ли он сможет просидеть тихо, не играть с машинкой, куклой, щенком — только ради того, чтобы мама поспала. Иногда чего-то не делать тоже будет заботой...



6+

П. ВЕРЕЩАГИН «РЫЖИЙ ПО ИМЕНИ РЭД», 2022

Как хорошо, когда в жизни есть друг! Выдумщик, непоседа, озорник – такой, как герой книги Рэд. Никогда не заскучаешь, если он рядом. Он радуется, когда другим хорошо, и не находит себе места, когда у хозяев что-то не так. Ради хозяина он готов на всё, и совсем неважно, что друг этот не умеет говорить и все свои чувства выражает только ушами и хвостом. Но однажды Рэд отправляется в своё путешествие, зная, что дома его всегда ждут.

Книга воспитывает ответственное и бережное отношение к животным, иллюстрирует традиционные семейные ценности, развивает доброту и милосердие.



Т. КРЮКОВА «ХРУСТАЛЬНЫЙ КЛЮЧ», 2016

Книга повествует о волшебных приключениях брата и сестры – Петьки и Даши. Ребята приезжают в деревню, чтобы провести каникулы у любимой бабушки. Однажды Даша, впечатлившись рассказом о ведьме и чистом роднике, превратившемся в болото, загадывает желание на падающую звезду. Девочка загадала, чтобы болото опять стало целебным озером. Но как оказалось, мало загадать желание, его ещё необходимо самой и осуществить. Благо возможность это сделать не заставляет себя ждать, а верный Петя, конечно же, не бросит сестру в трудный час. Теперь Петя и Даша должны попасть в подземный мир, чтобы отыскать Хрустальный ключ, без которого никак нельзя придать озеру первоначальный вид. Удастся ли ребятам победить колдовские чары?

Эта история даёт пример настоящей отваги, бескорыстия, милосердия, а также верно-сти близкому человеку при любых обстоятельствах. Книга значительно обогащает картину мира в сфере русского фольклора, русских народных сказаний и легенд.



Е. ШЕЛЕМЕТЬЕВА «КОГДА СРАСТАЮТСЯ ДЕРЕВЬЯ», 2023

Пятиклассница Женька, получив задание в школе, рисует семейное дерево. Только не может решить, кого помещать на его ветви, а кого нет? Найдётся ли там место для отчима и сводной сестры? И как быть, если любимый дедушка ей не родной? Просто не отмечать его, вычеркнуть? «Когда сростаются деревья» — это история преданной, настоящей дружбы ребёнка и взрослого, сотканная из детских воспоминаний, игр, шалостей, горестей и побед. История семьи, которую трудно уместить на ветвях родового дерева — и тогда рождается родовой лес.

Книга прививает силу духа, смелость, развивает смекалку. История поможет детям справиться со страхами, научит способам выражения эмоций, а взрослым покажет важность контакта со своими детьми.



К. ПАУСТОВСКИЙ «ЗАЯЧЬИ ЛАПЫ», 1937

Этот рассказ читают в школе, но было бы прекрасно, если бы мы его читали дома с детьми, обдумывая и обсуждая в семье. Трогательная история о зайце, которого только случайно не подстрелил старый охотник. А потом заяц вывел его из лесного пожара, огненным смерчем пожирившего лес. И старик, чувствуя вину и чувствуя себя обязанным несчастному зайцу, спасает его, обожжённого пожаром и, несмотря на смешки вокруг, таскает к ветеринару... Рассказ о совести, заботе и долге. Спросите своего ребёнка, почему же старик стал лечить зайца, если сначала хотел застрелить?



12+

Л. ПАНЕТЕЛЕЕВ «НОВЕНЬКАЯ», 1943

Небольшой рассказ-зарисовка о девочке, которая пришла в класс в середине учебного года и оказалось, что она очень несчастна — нет вестей от её отца с фронта. Неожиданно узнав об этом, ребята изо всех сил стараются помочь новой ученице. Насколько это возможно в силу их возраста, пытаются заботиться о ней, проявляют внимание и чуткость, порой непосредственно-грубовато, порой неуклюже, но очень искренне и от всей души. Их забота помогает ей пережить самые тяжёлые дни неизвестности, и именно ребята приносят ей радостное известие — по радио они услышали имя её отца, он жив и награждён.

Рассказ написан легко, состоит практически из одних диалогов, поэтому читается свободно и быстро.



12+

Ю. ЕРМОЛАЕВ «ДОМ ОТВАЖНЫХ ТРУСИШЕК», 1957 (2017)

Книга, добрая и немного печальная, расскажет юным читателям о девочке, преодолевшей тяжёлую болезнь, которая заперла её сначала в четырёх стенах и никакие врачи, процедуры и санатории не могли помочь, пока на её пути не встретился гениальный доктор Г.А. Илизаров. Но книга эта не о враче, точнее о враче, но главные там — дети. Дети, волею судеб оказавшиеся на долгие месяцы в больнице, на костылях, дети, которые сами настрадались и поэтому остро сопереживают боли других. Сами, как маленькие доктора, они дают советы, стремятся помочь, предостерегают от ошибок. И триумфом доктора и девочки становится её полное выздоровление, к которому она шла через боль и напряжение всей детской силы воли. Книга помогает детям понять, что часто исполнение нашей мечты — это не взмах волшебной палочки, а тяжёлый труд и напряжение всех сил — физических и душевных, а забота — основа жизни, потому что порой бывает так плохо, что о себе не думаешь, только стремишься помогать другим.

В заключение хочется сказать: читайте детям книги, добрые книги, которые научат наших детей добру, теплу и любви. Потому что забота есть истинная любовь, бескорыстная, честная. За заботу не платят денег, её нельзя измерить или перепродать. Забота просто есть на свете как одна из высших ценностей человека.

Автор текста:
Анастасия Хрусталёва



Аудиоверсия текста



«ОРЁЛ И КОШКА»

ПРОСЛУШАВ СКАЗКУ «ОРЁЛ И КОШКА» КОНСТАНТИНА ДМИТРИЕВИЧА УШИНСКОГО – ПЕДАГОГА, ПИСАТЕЛЯ, ОСНОВОПОЛОЖНИКА НАУЧНОЙ ПЕДАГОГИКИ В РОССИИ, МАЛЫШИ УЗНАЮТ, ЧТО РАДИ ЗАЩИТЫ И СПАСЕНИЯ СВОИХ ДЕТЕЙ МАМА ПОЙДЁТ НА ВСЁ. ВЕДЬ СИЛА МАТЕРИНСКОЙ ЛЮБВИ НЕ ЗНАЕТ ГРАНИЦ. КОШКА С КОТЯТАМИ ВЕСЕЛО ИГРАЛИ НА ЛУГУ. БЕДА ПРИШЛА ВНЕЗАПНО. С НЕБА МОЛНИЕЙ СПИКИРОВАЛ ОРЁЛ, ПОДХВАТИВ КРОШЕЧНОГО КОТЁНКА. НО ХИЩНИК НЕ УСПЕЛ ВЗЛЕТЕТЬ – КОШКА ЯРОСТНО БРОСИЛАСЬ СПАСАТЬ ДЕТЁНЫША. СИЛЫ БЫЛИ НЕРАВНЫ: ОГРОМНАЯ ПТИЦА, ЧЕЙ КЛЮВ ЛЕГКО РАЗДИРАЕТ ДОБЫЧУ, И СТАРАЯ КОШКА, В НЕСКОЛЬКО РАЗ МЕНЬШЕ СОПЕРНИКА. ВОТ ТОЛЬКО ОТВАГИ МАТЕРИ БЫЛО НЕ ЗАНИМАТЬ. ОНА СМЕЛО БРОСАЛАСЬ НА ОРЛА СНОВА И СНОВА. И ДАЖЕ КОГДА ПТИЦА ВЫКЛЕВАЛА ЕЙ ОДИН ГЛАЗ, НЕ СДАВАЛАСЬ. ПРОЧИТАВ ДО КОНЦА ЭТУ ВОЛНИТЕЛЬНУЮ ИСТОРИЮ, ВЫ СМОЖЕТЕ УЗНАТЬ, КТО ВЫШЕЛ ИЗ БИТВЫ ПОБЕДИТЕЛЕМ.

За деревней весело играла кошка со своими котятками. Весеннее солнышко грело, и маленькая семья была очень счастлива.

Вдруг, откуда ни возьмись, – огромный степной орёл: как молния, спустился он с вышины и схватил одного котёнка. Но не успел ещё орёл подняться, как мать вцепилась уже в него. Хищник бросил котёнка и схватился со старой кошкой. Закипела битва насмерть.

Могучие крылья, крепкий клюв, сильные лапы с длинными кривыми когтями давали орлу большое преимущество: он рвал кожу кошки и выклевал ей один глаз. Но кошка не потеряла мужества, крепко вцепилась в орла когтями и перекусила ему правое крыло.

Теперь уже победа стала клониться на сторону кошки; но орёл всё ещё был очень силён, а кошка уже устала; однако же она собрала свои последние силы, сделала ловкий прыжок и повалила орла на землю. В ту же минуту откусила она ему голову и, забыв свои собственные раны, принялась облизывать своего израненного котёнка.



Аудиоверсия текста



институтвоспитания.рф

Подписной индекс
в каталоге
«Почта России»
ПС478



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ
ДЕТСТВА, СЕМЬИ
И ВОСПИТАНИЯ